

Une réflexion concernant Ebola

— Anne Greenwald & Steve Bromer

Chers membres de la Communauté de Co-écoute,

Il y a environ deux semaines, j'ai demandé à Anne Greenwald, qui travaille comme infirmière scolaire, et Steve Bromer, qui est le Coordinateur d'Informations pour les Médecins, de réfléchir, décharger et discuter la situation concernant Ebola. Étant donné la gravité de cette maladie, nos détresses, la tendance des médias à essayer de restimuler plutôt qu'informer, et la nature très sociale de la Co-écoute, je souhaitais qu'ils nous fassent part du meilleur de leur réflexion à propos de la situation et de ce qui pourrait être nécessaire dans le futur du fait de cette situation. Voici ce qu'ils ont répondu.

Avec amour et appréciation,
Tim

Ebola est un virus qui se transmet de personne à personne par contact direct avec les fluides corporels de la personne infectée. Les fluides corporels sont les substances excrétées par notre corps comme le sang, la sueur, la salive, les matières fécales, l'urine, les larmes, le sperme, le lait maternel, le vomis. Ebola n'est pas un virus qui se propage dans l'air (aérien) de personne à personne. Actuellement, on pense qu'une personne atteinte par la maladie du virus Ebola (MVE) n'est contagieuse qu'à partir du moment où elle développe des symptômes tels que de la fièvre, des vomissements, des diarrhées et des saignements.

La maladie se répand à l'heure actuelle en Afrique de l'Ouest, principalement en Sierra Leone, en Guinée et au Libéria. Ces pays ont également souffert de la déforestation, de la sécheresse, de la disette, et d'une migration des populations vers les grandes villes du fait que la capacité de vivre dans des zones rurales est devenue de plus en plus difficile. Les systèmes de soin dans ces pays sont peu développés. La situation de cette partie du monde a été créée par le capitalisme global et le racisme.

Même si le virus Ebola est contagieux et peut engendrer de graves épidémies comme celles qui se produisent en ce moment, nous savons actuellement comment contrôler son expansion. L'épidémie récente est le résultat d'un manque de ressources et d'une défaillance des infrastructures de soin, et non du fait que le virus est trop difficile à contrôler. Cette épidémie aurait pu être évitée grâce à une réponse plus rationnelle et plus soutenue aux premiers cas d'infection.

Il y a plusieurs caractéristiques du virus Ebola qui rendent cette infection contrôlable. Il semble que lorsqu'une personne est infectée, la période d'incubation est de 2 à 21 jours. Avant que la personne ne développe des symptômes significatifs, le virus n'est pas en quantité suffisante pour que l'infection se transmette facilement. La période pendant laquelle une personne infectée est contagieuse est relativement courte. C'est pendant cette période d'infection symptomatique que le virus peut se transmettre. Parce que le risque est le plus important quand la personne présente des symptômes et que le stade contagieux est de l'ordre de quelques semaines, il est possible, comme c'est le cas au Libéria, de contrôler cette infection.

Jusqu'à présent, il y a eu quelques cas avérés d'Ebola dans des pays en dehors des zones affectées par l'actuelle épidémie. Toutefois, le risque de contracter Ebola dans des endroits autres que ceux où se produit l'épidémie est extrêmement faible. La situation pourrait évoluer rapidement si des moyens plus importants pour enrayer la maladie dans les pays les plus affectés ne sont pas mis en œuvre.

Un certain nombre de gouvernements et d'organisations non-gouvernementales (ONG) ont commencé à envoyer les soutiens dont ont besoin les pays affectés. Le moyen le plus efficace pour contrôler la maladie est de soigner les personnes malades dans des installations médicales équipées de façon adéquate. Ceci implique des équipements de protection individuels pour les personnes soignantes. Le soutien, la formation et la surveillance médicale des personnels de santé et des autres volontaires jouent également un rôle essentiel pour mettre fin au cycle de l'infection. Des progrès ont été enregistrés dans le contrôle de l'actuelle épidémie, mais de nombreuses autres ressources sont nécessaires pour apporter une réponse rationnelle à ce défi.

En tant que Co-écoutant-e-s, voici quelques questions auxquelles vous pouvez tenter de répondre :

1. Qu'est-ce que je sais à propos d'Ebola ? Comment en apprendre davantage ? Essayez de lire des informations en séance.
2. Quelles furent mes expériences liées à des fléaux naturels ou à des épidémies dans ma jeunesse ?
3. Quelle serait une politique rationnelle pour éviter la propagation de maladies dans le contexte de la Co-écoute ?
4. Quelles idées confuses m'empêchent de penser correctement à mon corps et à ma santé ?
5. Comment cette question est-elle liée à mes blessures précoces ?

Nous avons tous besoin de réfléchir et de décharger à propos de notre environnement. Cela inclut l'environnement que nous créons dans les ateliers et les rassemblements. Comment pouvons-nous être le plus attentif possible les un-e-s envers les autres. Comment pouvons-nous être le plus attentif possible pour prendre soin de la planète ? Cela inclut comment penser à créer un environnement qui nous garde en bonne santé.

Les ateliers et les rassemblements de Co-écoute sont des endroits dans lesquels nous vivons beaucoup de contacts physiques et de proximité les un-e-s avec les autres. Cela apporte beaucoup de contradiction à l'isolement pour beaucoup d'entre nous. Nous pouvons réfléchir à la façon de conserver cette proximité physique et cette contradiction à l'isolement sans compromettre en rien notre santé. Cela nécessitera de notre part une attitude de franchise et de confiance les un-e-s envers les autres. Nous devons examiner tout ce que nous gardons secret ainsi que les peurs qui font que nous craignons de révéler certaines choses liées à notre santé. Il y a beaucoup d'humiliation liée à notre corps et à la manière dont il fonctionne. Nous devons examiner la façon dont nous avons été traité-e-s ou la façon dont nous avons vus d'autres personnes être traitées quand elles étaient malades.

À mesure que la situation évolue avec Ebola, nous devons continuer à réfléchir à ce qui convient le mieux dans chaque occasion de Co-écoute. Cela nous sera utile lorsque d'autres questions de santé se présenteront sur la planète et que nous développerons la Co-écoute dans toutes les régions du monde.

Pour le moment, les Co-écoutant-e-s devraient s'informer sur Ebola et décharger sur les épidémies. Les détresses peuvent pousser les gens à des réactions excessives aussi bien qu'indifférentes vis-à-vis d'épidémies qui mettent leur vie en danger. Si une personne se trouvait infectée par Ebola, sa participation physique à des classes, des ateliers ou des séances constituerait un risque significatif de transmission du virus. Il n'existe pas de précautions habituelles dans ces occasions-là qui rendraient la situation sans danger. À cause de cela, si un-e Co-écoutant-e entre en contact avec une personne infectée, il-elle ne doit pas participer physiquement à des séances, des classes ou des ateliers au moins pendant les 3 semaines qui suivent le dernier contact.

Paru sur le forum électronique des Communautés de Co-écoute
Traduit par Régis Courtin