



Service MIR - Hôpital Hautepierre - Strasbourg

Journal de bord de Noël

Séjour en réanimation : 24/12/2022 au 22/02/2023



Sommaire

Comment lire le journal	p. 3
Contributeurs	p. 4
Messages	p. 5
Contenus sensibles	p. 15
Annexes: Fiches de soin	p. 17
Le Fonds 101	p. 20



Qu'est-ce que le journal de bord?

Un journal de bord, pourquoi?

Vous avez été hospitalisé en réanimation et vous êtes passé par une période de coma. Vous pouvez avoir été dans le coma en raison d'un événement neurologique (maladie, traumatisme) ou bien avoir été plongé dans un coma artificiel. En effet, certaines maladies, pour être traitées, nécessitent de sédaté (endormir) le patient, que cela soit pour mettre au repos le ou les organes atteints, ou bien pour limiter l'inconfort et les douleurs liées au traitement. Cette période de coma induit que vous ne vous souvenez pas ou peu de ce que vous avez traversé durant votre séjour en réanimation.



A la phase de coma peuvent s'ajouter une ou plusieurs périodes de confusion autour du réveil, durant lesquelles vous avez pu délirer et avoir des hallucinations. Cela est lié à de multiples causes telles que les conséquences neurologiques d'une infection grave, certains médicaments, le manque de sommeil profond, la perturbation du rythme nyctéméral (rythme jour/nuit), etc.

Cette amnésie, que l'on appelle le « trou-réa », peut recouvrir une grande part de l'hospitalisation en réanimation, et va être extrêmement perturbante : vous allez vivre, à votre réveil, les conséquences parfois importantes d'une hospitalisation dont vous ne vous souvenez pas, ou très peu, par bribes ou encore à travers des souvenirs de rêves, de cauchemars ou d'hallucinations. Un bon moyen de vous réapproprier votre histoire est de lire votre journal de bord.

Conseils de lecture :

Vous appréhendez peut-être cette lecture avec inquiétude. C'est normal et fréquent, vous vous apprêtez à lire un contenu intense qui retrace une période très importante de votre vie. La lecture du journal de bord est toujours un moment émotionnellement fort. Vous pouvez prendre tout le temps nécessaire, vous n'êtes pas obligé de le lire, vous ne le devez à personne. Ce journal n'a qu'un objectif, vous aider. A vous de décider comment il peut au mieux remplir ce rôle.

N'hésitez pas à bien vous entourer et peut-être à partager cette lecture avec l'un de vos proches qui a contribué à sa rédaction ou avec un soignant. Il pourra aussi vous être utile de prendre rendez-vous avec l'un des soignants du service où vous avez été hospitalisé afin de répondre à vos questions. N'hésitez pas à le faire. Peut-être sera-t-il possible de vous faire visiter votre chambre ou bien une autre similaire : n'hésitez pas à l'envisager et à le faire à votre rythme, sans vous brusquer, selon votre envie et votre besoin.

Il peut être bouleversant de revenir dans le service et de retrouver les sons et les ambiances de votre hospitalisation, vous pouvez avoir besoin de temps, respectez vos limites.



Les contributeurs du journal

Ils vous ont laissé quelques messages...

Vos proches

Mère Noël (Conjointe)

Lutin Noël (Collègue)

Clémence hardy (Petite-fille)

Chloé GRAFF (Amie)

Vos soignants

Sylvie (Infirmière)



Journal de bord

Messages



Vos Messages

10 janv. 2023, à 11h48

Sylvie - infirmiere

Equipe soignante

Bonjour Mr Noël, Ceci est votre journal personnel. Vous êtes arrivé dans notre service dans la nuit du 24 au 25 décembre 2022. Vous avez fait fait une chute depuis un toit dans le cadre de votre travail. Nous avons fait les examens nécessaires dès votre admission et poursuivons la prise en charge. Vos rennes ont été recueillis par l'Association du Christkindelmarik située place Broglie et vos affaires personnelles mises en lieu sûr.



10 janv. 2023, à 11h52

Sylvie - infirmiere

Equipe soignante

Mr Noël, lors de votre arrivée, vous avez passé ces 2 examens. Pour votre sécurité, 2 soignants du service vous ont accompagné.



Vos Messages

11 janv. 2023, à 12h14

Vincent - medecin

Equipe soignante

Bonjour Mr Noël, aujourd'hui vous êtes toujours comateux, endormi, mais tout le monde s'occupe de vous. De très nombreuses personnes s'inquiètent de votre rétablissement et nous les rassurons. Dr Vincent

11 janv. 2023, à 16h15

Lutin Noël

Coucou ?. C'est vraiment très dur de repenser à la nuit de l'accident... Je t'écrirai plus tard

11 janv. 2023, à 16h57

Mère Noël

Hohoho... Voilà, je l'avais bien dit. A ton âge, il faut arrêter et passer le traîneau aux jeunes ! Mais l'heure n'est pas aux disputes. J'ai récupéré les Rennes ! Ils ont eu bien peur eux aussi. Je reviendrai demain. Lutin me donnera des nouvelles ce soir au téléphone. C'est lui qui est la personne référente. Remet toi vite

12 janv. 2023, à 20h59

Lutin Noël

Salut Noël. Tu dors encore, ils attendent demain pour te réveiller. On a tous hâte. Avec les copains on a rangé l'atelier et fait la révision du traîneau. Tout va bien ne t'inquiète pas, on gère tout. On pense à toi. Reviens nous vite



Vos Messages

17 janv. 2023, à 17h20

Mère Noël

Coucou Schotzele, Je suis venue, tu étais avec le kiné et les infirmières pour te mettre au fauteuil sur les jambes. J'ai attendu dans la salle d'attente avec d'autres familles. On a discuté un peu en attendant que je puisse te voir. Ça fait du bien de voir que tu va mieux

17 janv. 2023, à 17h25

Sylvie - infirmiere

Equipe soignante

Bonjour Mr Noël, Aujourd'hui vous allez mieux. Nous avons réussi à vous mettre au fauteuil sur vos jambes avec le respirateur. Demain la kiné vous fera faire quelques pas si tout ça bien. Bravo à vous !

18 janv. 2023, à 17h15

Sylvie - infirmiere

Equipe soignante

Aujourd'hui, vous étiez un peu grognon. On vous sentait contrarié mais nous n'avons pas réussi à savoir ce qui vous tracassait malgré le test de l'appli Look To Speak. Vous avez refusé le transfert au fauteuil mais accepté la position fauteuil du lit. Nous réessayerons demain.



Vos Messages

18 janv. 2023, à 21h47

Lutin Noël

Bonjour, Tu ne l'a pas vu mais ils avaient mis un beau sapin dans le service où tu es hospitalisé. Ils avaient vraiment envie que tu passes chez eux. Ils ne pensaient pas te voir si longtemps! Ça fait déjà 3 semaines, tu progresses bien. La bise de tout le monde



18 janv. 2023, à 21h51

Mère Noël

Mon chéri, tu étais bien énervé aujourd'hui. Tu voulais parler parler et on ne te comprenait pas. On a tout essayé avec l'équipe. Allez une bonne nuit de sommeil et ça ira mieux ! A demain



Vos Messages

24 janv. 2023, à 23h11

Marion - infirmière

Equipe soignante

Monsieur Noël, aujourd'hui est un grand jour, celui où l'on vous retire le tube par lequel vous respirez depuis quelques jours. Tout se passe bien après le retrait, vous avez besoin d'un peu d'oxygène et de kinésithérapie respiratoire pour vous aider à évacuer vos sécrétions. Votre famille va pouvoir discuter avec vous, ils attendent ce moment avec impatience.



25 janv. 2023, à 1h39

Joshua - infirmier

Equipe soignante

Monsieur Noël, cette journée s'avère plus difficile que prévu. Madame Noël nous a demandé de venir vous voir rapidement, vous étiez en difficulté respiratoire, votre niveau d'oxygène a commencé à chuter. Nous avons tenté différentes techniques, elles sont restées sans succès. Nous avons dû vous réintuber. Par ailleurs, vos reins semblent de moins en moins bien fonctionner, nous allons peut-être devoir vous dialyser. Tout a été expliqué à la famille Noël ?.



Vos Messages

25 janv. 2023, à 11h39

Mère Noël

Coucou Schotzele, j'ai eu bien peur hier. Tu avais vraiment du mal à respirer, on aurait dit que tu étouffais ! J'ai appelé les infirmiers, ils étaient déjà en train de préparer du matériel pour toi. Je suis allée dans la salle d'attente et le temps m'a paru interminable. Damien est venu me rassurer mais c'était dur. Je suis rentrée au chalet mais je pense bien à toi

25 janv. 2023, à 11h50

Lutin Noël

Salut Chef ! Je suis passé vite fait avant d'aller bosser pour te montrer qu'on pense tous à toi. Maman Noël nous a raconté ton après-midi mouvementée. Elle était chamboulée, elle est allée au lit sans dîner. Comme je suis ta personne de confiance, les docteurs m'avait appelé pour me donner les informations importantes. On est tous avec toi.

26 janv. 2023, à 12h57

Marion - infirmière

Equipe soignante

Bonjour Monsieur Noël, vous êtes allés au scanner ce matin, cet appareil très gros et très bruyant, mais néanmoins nécessaire pour vérifier l'évolution de votre infection pulmonaire. L'interne Jean-Noël ainsi qu'un externe vous ont accompagné, tout s'est bien déroulé lors du trajet, le scanner se trouvant à côté de notre service de réanimation vous n'avez pas beaucoup de chemin à faire pour y accéder. A votre retour nous avons pu vous installer au calme avec une musique douce et une lumière tamisée pour un temps de repos avant de vous installer au fauteuil avec notre kinésithérapeute Stéphanie en milieu d'après-midi.



Vos Messages

27 janv. 2023, à 15h34

Mère Noël

Yo Schotzele, si tu savais comme j'étais heureuse de te voir au fauteuil hier. Je vois tes progrès de jours en jours. J'ai bon espoir que tu rentres à la maison bientôt. Je les aime bien ici, ils sont gentils avec moi mais c'est dur de venir tout les jours. Surtout qu'ils annoncent des grèves dans les transports en commun et tu sais que je ne conduit plus le traîneau toute seule.

29 janv. 2023, à 1h35

Mère Noël

Yo schotzy, je n'arrive pas à dormir, je faisais des cauchemars parce que je ne suis pas venue cette après midi. Je viens d'appeler les infirmiers, ils étaient occupés avec une admission mais ils ont quand même pris le temps de me rassurer et de me raconter ta journée. Je vais me recoucher, je viendrai demain. Schmutz

29 janv. 2023, à 20h59

Céline - infirmiere

Equipe soignante

Bonsoir M. Noël, Je suis ravie de voir que vous allez bien et que vous pouvez enfin profiter des visites de vos proches, j'aime l'ambiance qui règne dans votre chambre avec tous ces chants. Et nous sommes bien gâtés par la mère Noël. C'est un plaisir de vous voir tous si heureux.



Vos Messages

16 févr. 2023, à 16h12

Lutin Noël

Voilà tu es rentré à la maison. Nous allons clore ce journal et nous en discuterons ensemble. C'était une sacré expérience !

17 févr. 2023, à 12h55

Mère Noël

Voilà shotzele c'est le dernier message dans ce journal. Quand il m'ont expliqué au début, je ne croyais pas que ça allait m'aider. Yo, en quoi t'écrire des messages, allait être bénéfique pour moi, pour toi... Et puis au fur et mesure j'ai changé d'avis. Ils avaient raison dans cette équipe. Tu vas voir, on va faire café kuchen et lire ce "livre" de ton séjour ensemble.



Annexes

Contenus sensibles



Contenus sensibles

12 févr. 2023, à 15h07

Marion - infirmière

Equipe soignante

Bonjour Monsieur Noël





Annexes

Fiches de soin



Fiches de soin

Aspiration

L'aspiration trachéale est un soin de routine consistant à désencombrer le patient intubé. On passe une fine sonde d'aspiration par la sonde d'intubation afin d'aller aspirer les sécrétions bronchiques que le patient fait remonter en toussant. Le geste peut être impressionnant car il provoque la toux du patient. Ce n'est pas un soin agréable mais il est nécessaire à la bonne respiration du patient.

Dialyse ou épuration extra rénale (E.E.R)

Technique qui consiste, par l'intermédiaire d'un cathéter veineux central, d'un filtre (rein artificiel) et d'une pompe, à nettoyer le sang des déchets toxiques qui s'accumulent lorsque les reins fonctionnent mal, ou dans certaines situations critiques. Certaines dialyses dites intermittentes peuvent durer entre 2 et 8h selon l'indication, mais dans certains cas, en réanimation, on peut mettre en place une dialyse continue, c'est à dire qui peut durer plusieurs jours et que l'on peut reconduire à la fin de la durée d'usage du filtre (rein artificiel).

Extubation

Lorsque le patient a retrouvé son autonomie respiratoire, on procède à l'extubation : le fait de retirer la sonde d'intubation. C'est un moment un peu impressionnant et peu agréable pour le patient, mais c'est aussi un moment important qui signe la fin de la phase aiguë. NB: dans le cas d'un échec thérapeutique, et dans le cadre de l'arrêt des traitements, il peut arriver que l'on procède à une extubation pour permettre au patient de vivre ses derniers instants libéré des attribus médicaux.

Intubation

Acte médical consistant à placer une sonde, par la bouche ou le nez, dans la trachée d'un patient anesthésié afin de le ventiler (apport d'oxygène pour l'aider à respirer). Extubation : retrait de cette sonde.

IRM

Imagerie par Résonance Magnétique. Il s'agit d'un examen de radiologie, non invasif permettant de voir avec beaucoup de finesse les structures internes du corps humain. Le patient passe au centre d'un appareil émettant des ondes électromagnétiques. Les délais d'attente pour un IRM sont souvent longs.



Fiches de soin

Lunettes à oxygène

Tuyau permettant d'apporter à l'entrée des narines un supplément d'oxygène dans le cas où l'oxygène présent dans l'air ne suffit pas au patient.

Scanner

Le scanner, aussi appelé tomodensitométrie, est un examen utilisant les rayons X. Le principe consiste à réaliser des images en coupes fines d'une partie du corps. Le tube de rayons X tourne autour du corps du patient et des images sont obtenues informatiquement. Il faut ensuite les 'lire' pour permettre un diagnostic. Fréquemment, un produit de contraste à base d'iode est utilisé pour améliorer leur qualité, il est généralement injecté par perfusion.

LIFE MAPP

Votre boussole en réanimation

Vous êtes sortis de réanimation, il est temps de retrouver votre vie !

Fruit d'un travail de plusieurs mois, les équipes de One O One ont été épaulées en mécénat de compétence par celles de Sofinco et de La Manufacture CACD2 pour concevoir ensemble LifeMapp, une webapp conçue pour et avec des patients et leurs proches pour mieux comprendre l'univers de la réanimation et faciliter le retour à une vie normale en post réanimation.

En constante évolution, Lifemapp s'enrichit régulièrement. Vous y trouverez informations, conseils et guides pratiques pour faciliter votre récupération.

<https://lifemapp.one-o-one.eu/>



Partager votre expérience et trouver du soutien au sein d'une communauté qui a traversé une expérience similaire

Second life est un réseau social fermé et sécurisé, développé en mécénat de compétences avec Sociabble, qui met en lien d'anciens patients de réanimation, leurs proches et une communauté de soignants de réanimation afin de favoriser les échanges et le soutien autour de l'expérience réanimation.

Inscrivez vous sur :

<https://one-o-one.eu/second-life>

101 : Le premier fonds de dotation international consacré à la réanimation

Créé en 2018 **101 (One-O-One) est le premier fonds de dotation** (organisme à but non lucratif procurant au donateur les mêmes avantages qu'une fondation) **qui ambitionne de faire progresser la réanimation dans le monde** grâce à un programme innovant et "data-driven" en **3 axes** :



MIEUX SOIGNER

Améliorer les pratiques à travers des programmes d'éducation du personnel soignant pour accroître leur performance



MIEUX COMPRENDRE

Financer des programmes innovants de recherche et investir le territoire de nouvelles technologies de l'information et de l'intelligence artificielle



MIEUX ACCOMPAGNER

Déployer des programmes d'accompagnement des patients et leurs familles pour atténuer le traumatisme et favoriser un retour à une vie normale

ONE IOI ONE

Retrouvez toutes nos actions sur <https://one-o-one.eu/>

Je soutiens 101

