

## ENTRETIEN YOUSRA EL OUARIACHI

## « Soigner, c'est aussi savoir bien accompagner jusqu'à la mort »

**SEDAN** Le médecin généraliste Yousra El Ouariachi est à l'origine du projet de secteur de soins palliatifs à l'hôpital de Sedan. Elle partage les raisons qui l'ont poussée à consacrer sa carrière à ce domaine de la médecine.

## BIO EXPRESS

• **Le médecin généraliste Yousra El Ouariachi** a quitté le Maroc pour Sedan en janvier 2020. Elle exerce, depuis plus de quatre ans au service d'hépatogastro-entérologie à l'hôpital.

• **Diplômée au Maroc, elle a obtenu** son équivalence pour exercer en France, ainsi qu'un diplôme de spécialisation en soins palliatifs.

• **Yousra El Ouariachi** porte le projet de secteur de soins palliatifs du Centre hospitalier intercommunal Nord Ardennes (China). Ce dernier compte quatre lits depuis le lundi 18 mars. L'objectif, pour le China, sera d'atteindre les dix lits et de transformer le « secteur » en « unité » de soins palliatifs.

Propos recueillis par **CAMILLE GAUBERT**

**Pour quelle(s) raison(s) avez-vous choisi de venir exercer en France et à Sedan ?**

Au début, ce n'était pas pour m'installer mais pour voir d'autres pratiques et d'autres terrains de médecine. J'ai été diplômée au Maroc en juin 2019 et j'ai été acceptée ici en septembre 2019. Je suis arrivée à Sedan en janvier 2020. Sedan, c'était un pur hasard. J'avais fait plusieurs demandes pour venir en tant que stagiaire associée. J'avais été acceptée par Lunéville, dans un hôpital de l'ouest de la France et à Sedan. Je cherchais plutôt le nord de la France, car mon frère était à Lille, mais j'ai choisi Sedan. Je suis médecin généraliste et je cherchais un service de spécialité. Sedan me permettait d'exercer au sein du service d'hépatogastro-entérologie.

**Qu'est-ce qui vous a amené vers les soins palliatifs ?**

Au début, c'était un questionnement sur la manière de gérer ces situations et aussi je voulais vraiment développer mes compétences cliniques dans ce domaine. Dans notre formation de médecin, on nous apprend peu sur les soins palliatifs. Quand je suis arrivée à l'hôpital de Sedan, j'ai été confrontée à des situations de fin de vie car le service où j'exerce est un service à orientation



Le docteur Yousra El Ouariachi est à l'origine du projet de secteur de soins palliatifs. C.G.

oncologique.

**« Pour nous, soigner, c'est guérir. Mais non, c'est aussi bien accompagner, car la mort est là »**

On ressent comme une perte de confiance devant ces situations-là. On pense qu'on n'a pas vraiment les moyens d'accompagner le patient. C'est pourquoi, j'ai choisi de suivre une formation sur le sujet, le diplôme interuniversitaire de soins palliatifs du Grand Est, qui dure deux ans. Je l'ai obtenu en octobre 2023.

**Comment le projet de secteur de soins palliatifs, au sein de l'hôpital de Sedan, est-il né ?**

Au cours de ma formation dans ce domaine et avec l'expérience, on se pose toujours la question : comment peut-on faire plus ? Comment avoir plus de moyens ? Le China était engagé dans le domaine et voulait vraiment développer la filière palliative dans le département. L'équipe d'hépatogastro est également très engagée et formée dans ce domaine. Depuis le lundi 18 mars, ce secteur compte quatre lits. Il nous donne le privilège d'avoir les moyens matériels et humains. Ce n'est pas comme dans les autres services. Il y a plus d'infirmiers et d'aides-soignants. C'est aussi une prise en charge pluri-

disciplinaire : un kiné, un ergothérapeute et un psychologue interviennent. On a aussi des bénévoles issus d'autres professions de santé. On peut également faire appel à l'équipe mobile d'accompagnement des aidants.

**Quelle sera la prochaine étape de ce projet ?**

La prochaine sera d'ouvrir une unité de soins palliatifs. Notre objectif sera de monter à 10 lits. Par la suite, le China recrutera plus de soignants. Une unité de soins palliatifs nécessite plus de personnels que les autres services.

**À 30 ans, vous avez décidé de côtoyer la mort au quotidien. Comment l'expliquez-vous ?**

Chaque patient me touchait vraiment quand je le prenais en charge. Ce n'est pas évident, on se sent faible dans ces situations-là. Je pense que c'est ce qui m'a vraiment poussée à chercher. Ce n'est pas parce qu'il n'y a plus de curatif, qu'on n'a plus notre rôle. On trouve une autre définition à notre soin.

Au début, pour moi, c'était un échec, car tout ce qu'on m'a appris, c'est soigner. Mais on peut changer le sens du mot. Pour nous, soigner, c'est guérir. Mais non, c'est aussi bien accompagner, car la mort est là. Ainsi, on ne va pas se fixer sur une date de vie, mais plutôt sur la qualité de vie. On oublie le nombre de jours qu'il reste et on se concentre sur la manière de les vivre. Expérience après expérience, on apprend. On n'est jamais à l'aise face à la mort, mais on sent qu'on donne plus et on est content de nous finalement. Quand une fin de vie se passe bien, on se dit que la personne est partie dans de bonnes conditions et qu'on a fait de notre mieux.

**Comment décide-t-on de dédier sa carrière aux soins palliatifs ?**

C'est très compliqué. Je ne trouve pas les mots. Au début, d'un œil externe, on se dit que, oui, c'est dépressif. Même dans le corps médical, il y a des médecins qui se disent qu'ils ne feront jamais les soins palliatifs. Mais une fois qu'on est dedans, on apporte tellement de bien... On ne se dit pas qu'on est dans un mouoir mais qu'on apporte de l'aide. On ne pleure pas tous les jours, on peut rigoler aussi. Et vraiment, ce qu'on apporte est tellement beau, qu'on oublie tout le reste.

**Cela peut avoir des résonances par rapport à sa propre vie. Comment gère-t-on tout cela ?**

C'est très compliqué, surtout après les décès. Ce sont des personnes que l'on voit longtemps, et dont on connaît la famille. Le patient se livre aussi beaucoup plus au soignant. Il nous considère comme sa famille. Il faudrait pouvoir mettre des barrières, mais c'est très compliqué. On est aussi des humains. Parfois on craque. Mais si on est devenu soignant, il y a des raisons. On veut être auprès du patient pour l'aider, quelle que soit la situation, quelle que soit l'étape de sa vie. ■