



Corinne Tillier, infirmière en pratiques avancées
Amsterdam, Pays-Bas

Comment assurer le traitement par chimiothérapie des patients atteints de cancer avancé dans le contexte du coronavirus ?

En janvier 2020, une épidémie virale (Covid-19) est apparue en Chine, à Wuhan plus précisément. La Covid-19 est un virus très contagieux et a une létalité élevée. De nombreux hôpitaux de Wuhan ont été transformés en hôpitaux spécialisés pour les maladies infectieuses. Les patients atteints de cancer ont dû être transférés vers d'autres hôpitaux et certains patients n'ont pas pu être traités à temps. Dans un article¹ publié dans le *Lancet*, il apparaît que les patients atteints de cancer sont plus sujets à être infectés par la Covid-19, mais ces résultats sont à prendre avec précaution étant donné le nombre restreint de patients inclus dans cette étude. Cependant, il est bien connu que les patients ayant un cancer avancé et traités par chimiothérapie peuvent être immunodéprimés. Cette situation a engendré des questions cruciales : peut-on continuer à traiter les patients par chimiothérapie ou faut-il reporter le traitement ?

Au début du mois de juin 2020, la province de Zhejiang comptait 1 268 cas testés positifs à la

¹ Liang W, Guan W, Chen R, *et al.* Cancer patients in SARS-CoV-2 infection: A nationwide analysis in China. *The Lancet Oncology* 2020; 21(3): 335-7.

Covid-19, ce qui correspondait à la 3^e région la plus touchée de Chine. Un hôpital de la région a dû envoyer 213 membres de son personnel hospitalier (médecins et infirmier[es]) à Wuhan. Cet hôpital a dû faire face au manque de personnel et a essayé d'assurer la continuité des soins des patients cancéreux. Afin de s'assurer que la chimiothérapie pouvait être administrée de façon sûre pour les patients, plusieurs mesures ont été prises :

- les antécédents médicaux des patients avant leur admission ont été contrôlés strictement et les patients issus d'une zone épidémique ont été encouragés à suivre leur traitement par chimiothérapie dans les hôpitaux à proximité de chez eux ;
- les patients suspectés d'avoir été en contact avec la Covid-19 sont restés isolés près de leur domicile pendant au moins 14 jours, et seuls ceux qui n'avaient pas de symptôme de l'infection ont pu être admis à l'hôpital pour suivre leur traitement ;
- la température corporelle a été contrôlée pour tous les patients venus à l'hôpital pour chimiothérapie. Un scanner pulmonaire avant l'admission a été effectué pour tous les patients dont la température était supérieure à 37,3 °C. Les patients présentant une infection pulmonaire au scanner ont immédiatement été transférés dans un autre hôpital pour traitement de la Covid-19 ;
- pour les patients admis à l'hôpital, la température a été vérifiée deux fois par jour. Les patients étaient en chambre seule et avaient l'obligation de porter un masque pour éviter une éventuelle infection par la Covid-19 ;
- après la sortie de l'hôpital, il a été recommandé aux patients de faire leur prise de sang de contrôle dans les hôpitaux proches du domicile, et des consultations par vidéo ont été organisées.

Au total, 300 patients de cet hôpital ont pu bénéficier de leur traitement par chimiothérapie et, finalement, aucun d'entre eux n'a été infecté par la Covid-19. Les mesures prises ont donc permis d'administrer la chimiothérapie de façon sûre aux patients ayant un cancer avancé.

Yang S-F, Qin Z-Q, Lu LQ, Yang L, Hong Y-P. How to ensure the safety of chemotherapy for advanced cancer patients in the context of new coronavirus ? *Eur J Cancer Care* 2020 ; 29 : e13287. Doi : 10.1111/ecc.13287

doi: 10.1684/bpc.2020.132

Le travail de nuit perturbe le rythme biologique : limitez les dégâts !

Le personnel soignant est confronté au travail de nuit, ce qui perturbe le rythme biologique. Cela a un effet négatif aux niveaux cognitif, physiologique, psychologique et sur le fonctionnement social de la personne travaillant de nuit. Le travail de nuit est considéré par certains soignants comme un fardeau et cela s'aggrave avec l'augmentation de la complexité des soins et la charge de travail. En 2017 aux Pays-Bas, 19,3 % des infirmier(e)s diplômé(e)s d'État (IDE) ont démissionné de leurs fonctions. Le travail de nuit est impopulaire chez 80 % des IDE et 65 % des IDE interrogé(e)s déclarent avoir des problèmes physiques et se demandent comment ils(elles) vont pouvoir continuer leur travail de nuit.

À ce jour presque aucune étude clinique n'a été effectuée sur les possibles solutions afin d'éviter les effets néfastes du travail de nuit. Un service de soins intensif d'un hôpital hollandais a commencé une étude clinique en 2018 et a mis en place plusieurs interventions qui pourraient théoriquement limiter les effets néfastes du travail de nuit. Les IDE ayant participé à cette étude étaient aux trois quarts des femmes. Plus de la moitié avait moins de 40 ans et travaillait en moyenne quatre nuits par mois. Environ un quart des participants utilisaient des somnifères ou autres médicaments qui peuvent altérer les facultés physiques.

Comment influencer le rythme biologique lors du travail de nuit ?

Le corps humain est rythmé sur un cycle circadien. Ce rythme est principalement généré par une partie spécifique du cerveau mais les cellules des tissus périphériques et du foie jouent aussi un rôle important. Le rythme circadien est également influencé par des facteurs externes comme la lumière du jour, la nutrition et le sommeil/l'activité journalière. Interrompre ou modifier le rythme circadien, par exemple en travaillant la nuit, entraîne immédiatement de la fatigue, des problèmes de concentration, mais aussi des problèmes de santé à

long terme, comme un risque accru de diabète, de maladies cardiovasculaires et de tumeurs malignes.

Durant six mois, des interventions spécifiques ont été proposées aux IDE travaillant de nuit. Le but était d'influencer le rythme biologique et les habitudes alimentaires.

La lumière

D'un point de vue évolutif, nous nous sommes adaptés à la rotation de la terre et le modèle activité-repos est étroitement lié au cycle lumière-obscurité. L'exposition à la lumière a énormément d'influence sur le rythme circadien. Des lunettes projetant une lumière bleutée sur l'œil sont censées neutraliser l'augmentation naturelle de la mélatonine la nuit, ce qui permettrait de rester éveillé plus facilement. De plus, il existe des lunettes à verres orange qui pourraient empêcher la suppression naturelle de la mélatonine le matin et ainsi améliorer la qualité du sommeil après le travail de nuit. Les lunettes bleues ont été utilisées par 68 % des IDE. Ceux-ci(elles-ci) se disaient satisfait(e)s, mais sans pouvoir expliquer dans quelle mesure le port des lunettes améliorerait leur vigilance durant la nuit. La moitié des participants à cette étude portaient les lunettes orangées en quittant l'hôpital le matin. Cela n'a malheureusement pas amélioré la qualité et quantité de sommeil après le service de nuit.

La nourriture

Comme tous les organes, la digestion a aussi son propre rythme. L'alimentation elle-même et le moment de la prise alimentaire dans le cycle sont importants pour une régulation normale du métabolisme. Manger pendant la nuit provoque une dérégulation métabolique et contribue à des problèmes de santé tels que la dyslipidémie, la résistance à l'insuline et l'obésité. Des repas équilibrés et sains ont été proposés aux IDE pendant leur travail de nuit. Ceux-ci(elles-ci) ont indiqué qu'ils(elles) ont consommé moins d'aliments malsains (chips, biscuits, etc.) pendant le service de nuit (70 % avant l'intervention et 49 % après l'intervention). Chez la majorité d'entre eux(elles), il a été constaté une diminution des problèmes intestinaux, tels que les ballonnements abdominaux et la diarrhée.

Le sommeil

Les personnes qui travaillent la nuit sont susceptibles d'avoir un sommeil léger car elles dorment quand il fait jour lorsque l'environnement social est actif (bruits extérieurs entre autres). Le manque de sommeil la journée s'accumule avec le nombre de nuits effectuées. Cela induit une augmentation de la somnolence durant le service de nuit et a pour conséquence de diminuer la concentration et la vigilance. De nombreuses erreurs, ayant des répercussions quelquefois catastrophiques pour les patients, ont souvent lieu en fin de service de nuit. Le fait de se reposer pendant une courte période (vingt minutes) ou même de faire une sieste pendant le travail de nuit conduit à une amélioration de la vigilance et de la capacité de concentration, et également à moins de stress. Lors de cette étude, un fauteuil spécial adapté dans une sorte de cocon a été utilisé (*energypod*).

Le fauteuil relaxant a été utilisé par 90 % des IDE et a été très apprécié, car selon les participants cela leur a permis d'être moins somnolents durant la nuit et a augmenté leur concentration au travail.

Autres résultats de l'étude

Avant la mise en place des interventions, 43 % des IDE ne se sentaient pas en forme après le service de nuit. Ce chiffre a diminué considérablement après les interventions (23 %). De même, 88 % des participants se sentaient de mauvaise humeur pendant leur

travail de nuit contre 60 % après interventions. Les IDE déclarant travailler en « pilote automatique » a chuté de 78 % à 54 %. Une constatation frappante et troublante a été qu'un nombre important de participants n'avait pas une concentration suffisante pour être en mesure de conduire après une nuit de travail. Bien que ce nombre ait diminué après l'intervention, il est resté assez élevé (46 % avant, 31 % après). Le nombre d'heures de sommeil pendant la journée et la qualité de sommeil n'étaient pas différents avant et après l'intervention.

Conclusion

Le travail de nuit a des effets clairement négatifs sur la santé. Un grand nombre de participants à cette étude a déclaré lutter contre le sommeil durant le travail de nuit et avoir du mal à se concentrer. Cela peut avoir des répercussions au niveau des soins des patients car un manque de vigilance peut entraîner des erreurs. Cette étude pilote a démontré que des mesures simples conduisent à une réduction spectaculaire des plaintes liées au travail de nuit. Bien que ces interventions nécessitent un investissement financier, elles ont des effets positifs sur la santé des IDE (probablement aussi à long terme) et entraînent une satisfaction professionnelle. Cela pourrait avoir une influence sur la désertion des services par les IDE et probablement sur les arrêts maladie.

Salet A, van Bussel J, de Jager C, Simons K. Nachtwerk verstoort bioritme: houd de schade beperkt! *Medisch Contact* 2020 ; 24 : 28-30.