

Chez nous

LE BULLETIN DU PERSONNEL DE L'HME | Publié par les Communications | hopitaldemontrealpourenfants.ca

HIVER 2025



La réalité virtuelle pour réduire la douleur et l'anxiété

— page 3

ÉGALEMENT DANS CE NUMÉRO :

Libéré de son grave toc — page 6

Les Canadiens marquent des points à l'HME — page 9

L'HME en fête — page 12

Hôpital de Montréal
pour enfants
Centre universitaire
de santé McGill



Montreal Children's
Hospital
McGill University
Health Centre

Sondage iMatter : les résultats sont disponibles !

En décembre 2024, l'Hôpital de Montréal pour enfants (HME) a franchi une étape importante en lançant son tout premier sondage sur l'engagement à l'échelle de l'hôpital : iMatter !

Cette initiative a été conçue pour écouter votre voix, évaluer le moral et l'engagement du personnel et mettre en lumière des domaines clés tels que :

- l'accès à l'information
- les possibilités de formation et de développement
- l'inclusion dans la prise de décision
- le traitement équitable et le respect au travail
- la sécurité au travail

Quelles sont les prochaines étapes ?

Les gestionnaires et les directeurs de division partagent actuellement les rapports d'enquête avec leurs équipes. Si votre équipe comptait moins de cinq répondants, un rapport spécifique à l'équipe n'a pas été généré afin de préserver la confidentialité des participants, mais vous pouvez toujours demander à votre gestionnaire de consulter le rapport départemental pour obtenir des informations plus générales.

Nous sommes ravies d'annoncer que **922 d'entre vous ont participé** à l'enquête — merci d'avoir fait entendre votre voix ! Jusqu'à présent, les commentaires sont positifs et l'Indice d'engagement et d'expérience de l'HME, un score généré par les résultats du sondage

iMatter, nous donne déjà des indications précieuses. Bien sûr, ce n'est qu'un début ! Vos commentaires ont également mis en lumière des possibilités pour améliorer le sondage et nous sommes impatientes de rendre le processus encore meilleur à l'avenir.

Voici ce qui nous attend :

- Au cours des prochaines semaines, nous nous concentrerons sur le débriefage et la création de plans d'action à tous les niveaux de l'organisation. Les mises à jour spécifiques aux équipes ne seront pas diffusées à grande échelle, mais nous vous tiendrons au courant des progrès réalisés à l'échelle de votre département et de l'organisation.
- **Une nouvelle campagne de communication** sur la civilité au travail sera bientôt lancée ! Cette initiative nous aidera à favoriser un environnement plus positif et plus respectueux pour tous.

Merci de votre collaboration et de nous aider à célébrer nos succès tout en relevant les défis. Votre voix compte et ensemble, nous façonnons un avenir meilleur à l'HME.

D^o Tanya Di Genova

Directrice associée des
services professionnels,
Hôpital de Montréal pour enfants

Cindy McCartney

Directrice associée des soins infirmiers,
Hôpital de Montréal pour enfants
et Mission santé des femmes du CUSM



Réalité virtuelle :

un nouvel outil pour aider les patients à se détendre pendant les interventions

Par Maureen McCarthy

Depuis plusieurs mois, un projet pilote utilisant la réalité virtuelle (RV) est en cours à l'Hôpital de Montréal pour enfants (HME) dans le but d'aider les patients à faire face à l'anxiété qui accompagne certains tests médicaux.

[suite >](#)

► Ci-dessus : L'équipe menant le projet pilote de réalité virtuelle. De g. à d. : Denise Kudirka, infirmière de pratique avancée, Département d'urgence, Carla Farnesi, coordonnatrice de projet, Afifah Chaudhry, conseillère en milieu pédiatrique, et Stéphanie Lepage, infirmière éducatrice, Unité chirurgicale.



► Félix est le premier patient à avoir essayé la réalité virtuelle à l'HME. Il est ici accompagné de sa maman Natacha lors d'une visite à l'hôpital en décembre dernier.

Afifah Chaudhry, conseillère en milieu pédiatrique, Stéphanie Lepage, infirmière éducatrice, Unité B8, et Denise Kudirka, infirmière de pratique avancée, Département d'urgence, ont dirigé le projet qui a déjà bénéficié à près d'une douzaine de patients.

L'utilisation de la réalité virtuelle en milieu clinique intéresse Afifah depuis un certain temps et elle a commencé à explorer les moyens d'amener la technologie dans la pratique tout en aidant les patients pendant leurs procédures médicales.

Denise a également fait des recherches sur l'utilisation de la RV pour les patients en examinant de manière approfondie la littérature existante fondée sur des données probantes. Elle a invité la professeure Argerie Tsimicalis, chercheuse clinique aux Hôpitaux Shriners pour enfants Canada, à présenter les résultats de ses recherches sur l'utilisation de la RV avec

les patients du Shriners lors d'une séance de la communauté de pratique des soins infirmiers de l'HME.

« Pendant la présentation, nous avons tout de suite compris que cela pourrait être un autre moyen d'aider les enfants à ressentir moins de douleur pendant les interventions », indique Stéphanie, qui travaille à l'Unité chirurgicale de l'HME.

Lorsqu'Afifah et Denise se sont rencontrées à la fête de départ à la retraite d'une collègue, elles ont décidé d'unir leurs efforts pour voir si elles pouvaient faire avancer l'idée. Avec Stéphanie et Carla Farnesi, la coordonnatrice de projet de l'équipe, elles ont lancé le projet pilote.

Le Shriners a partagé ses protocoles, ce qui a été très utile pour lancer le projet de l'HME, mentionne Stéphanie. L'équipe s'est réunie régulièrement pour faire avancer ses objectifs. Denise a rédigé le

protocole et l'équipe a préparé les documents pédagogiques pour former le personnel à l'intégration de la RV en tant qu'outil pour les patients.

L'HME utilise actuellement trois casques de RV Oculus Go, qui ont été donnés aux Services en milieu de vie pédiatrique il y a environ deux ans. En explorant les possibilités d'utilisation de ces casques, Afifah a découvert que de nombreuses entreprises ont développé des logiciels destinés aux enfants hospitalisés.

Afifah est rapidement devenue, selon ses propres termes, la « personne responsable des technologies de l'information ». Elle a appris à charger les logiciels destinés aux casques, qui sont actuellement mis à la disposition des enfants des unités B8 et B9 et du Centre de traitement de jour d'hématologie-oncologie. Les trois casques ont les mêmes jeux et programmes, et plusieurs conseillères en milieu pédiatrique et infirmières ont été formées à l'utilisation des appareils et à l'accompagnement des patients.

Les casques servent lors de procédures peu douloureuses telles que les insertions intraveineuses, les changements de pansements, l'implantation d'un cathéter veineux sous-cutané et les prises de sang.

FORMATION ET PLANIFICATION

Dans le cadre de la formation du personnel donnée par Afifah et Stéphanie, les sujets abordés sont les suivants : pourquoi la RV est utilisée comme outil de distraction pour les patients pendant les procédures médicales, comment déterminer si un patient est un bon candidat à l'utilisation de l'appareil, comment placer le patient,

[suite >](#)

comment le maintenir intéressé au jeu et que faire si l'enfant veut retirer le casque à un moment donné.

Chaque séance avec un patient commence par l'élaboration d'un plan avec l'enfant et ses parents avant que le jeune ne mette l'appareil. L'équipe du projet pilote recueille également des données auprès des patients afin de connaître les effets de l'expérience de RV, avant et après, sur leurs niveaux de douleur et d'anxiété.

UNE DISTRACTION POUR SOULAGER LE STRESS

Félix, 10 ans, a été le premier patient de l'HME à essayer l'Oculus Go à la suggestion d' Afifah, sa conseillère en milieu pédiatrique. Il a été diagnostiqué au printemps dernier avec une maladie rare connue sous le nom d'histiocytose à cellules de Langerhans, une prolifération anormale des cellules de Langerhans qui peut endommager les tissus ou causer la formation de lésions à un ou plusieurs endroits.

Après l'hospitalisation et le traitement, Félix est aujourd'hui suivi de près par ses médecins de la Division d'hématologie-oncologie et subit fréquemment des tests sanguins pour surveiller son état.

« Lorsqu'ils m'ont proposé d'essayer le casque de RV, je n'étais pas sûr », dit-il. « J'étais stressé et j'avais peur, mais finalement, quand ils m'ont piqué, je n'ai rien senti. »

La deuxième fois qu'il a utilisé le casque lors de son prélèvement suivant, il était déjà plus détendu.

La conseillère en milieu pédiatrique ou l'infirmière aide à guider la RV pour le patient, en lui demandant ce qu'il voit dans le jeu, s'il obtient ses points et en l'encourageant à s'immerger dans l'espace où il se trouve. Il existe également un jeu de relaxation sur l'Oculus Go qui place les patients dans un environnement naturel avec des cascades et qui est conçu pour les aider à respirer et à se calmer.

DE NOUVEAUX HORIZONS EN PERSPECTIVE

Au fur et à mesure que le programme se développe, l'un des objectifs est de maintenir l'intérêt des patients pour la technologie de la RV, en particulier ceux qui l'utiliseront régulièrement. Afifah s'est procuré deux appareils de RV MetaQuest 3 et est en train de les programmer pour qu'ils offrent des expériences plus immersives, comme

voyager dans un autre pays ou assister à un concert, ainsi que des jeux interactifs plus récents.

L'équipe travaille également à rendre la formation accessible à d'autres professionnels du Québec sur le portail Environnement numérique d'apprentissage provincial.

Natacha Thibault, la mère de Félix, estime que les casques de RV ont un effet d'entraînement sur les parents. « Le fait de voir les bienfaits pour l'enfant, la réduction de la douleur et de l'anxiété, nous aide aussi en tant que parents », dit-elle. « De plus, l'enfant hésite moins lorsqu'il s'agit de passer le prochain test. »

Félix a quelques conseils utiles à donner aux autres enfants. « J'ai beaucoup aimé! Ça aide à se concentrer sur autre chose que la piqûre, il suffit juste de demander pour s'en rendre compte. » ❁

Les membres du personnel intéressés par une formation sur l'utilisation des casques de RV peuvent contacter : afifah.chaudhry@muhc.mcgill.ca, stephanie.lepage@muhc.mcgill.ca ou denise.kudirka@muhc.mcgill.ca.

Chez nous est publié par le bureau des Communications de l'HME.



Rédactrice en chef : Christine Bouthillier
Collaboratrices : Caroline Fabre, Maureen McCarthy
Design : Vincenzo Comm Design inc.
Photographie : Christine Bouthillier, Afifah Chaudhry, Caroline Fabre, Spencer Halickman, Maureen McCarthy, Frank Pavan

Pour soumettre des témoignages ou des idées pour *Chez nous*, communiquez avec le bureau des Communications au poste 24307 ou à l'adresse mchpr@muhc.mcgill.ca.

La production de *Chez nous* est rendue possible grâce au financement de la Fondation de l'Hôpital de Montréal pour enfants.

Sur la page couverture : Ana Lereu (à.) prend un échantillon sanguin pendant que Félix utilise un appareil de réalité virtuelle.

Photo couverture : Afifah Chaudhry

Suivez-nous sur  facebook.com/hme.mch  x.com/hme_mch  instagram.com/hme.mch  linkedin.com/company/hme-mch  hme-mch.bsky.social



Guéri de son grave toc après quelques séances de thérapie

Par Christine Bouthillier

Robert*, 14 ans, avait un trouble obsessionnel-compulsif (toc) depuis des années sans que rien ne fonctionne pour l'en débarrasser. Au pire de sa condition, il pouvait passer jusqu'à 12 heures par jour à effectuer des rituels liés à son toc. Après seulement quelques interventions thérapeutiques à l'Hôpital de Montréal pour enfants (HME), il est aujourd'hui complètement guéri.

[suite >](#)

► Ci-dessus : Robert, accompagné de ses parents.

Robert a reçu un diagnostic d'autisme sans déficience intellectuelle lorsqu'il avait six ans. Il a aussi un trouble de coordination et un trouble du déficit de l'attention avec hyperactivité. Cependant, ces multiples diagnostics étaient bien contrôlés par la médication.

Tout a changé à l'arrivée de la pandémie. L'incertitude liée à l'émergence d'une maladie inconnue, la COVID-19, conjuguée au décès de son chien en 2021, ont plongé Robert dans une période de stress importante.

« Il se lavait les mains aux quinze minutes même s'il ne sortait pas de la maison. Il arrivait de l'école, prenait immédiatement sa douche et changeait tous ses vêtements », raconte sa mère, Chantal*.

DES GESTES ENVAHISSANTS

Graduellement, des rituels liés au toc ont pris de plus en plus de place dans sa vie, jusqu'à occuper 90 % de son temps, nuisant beaucoup à son développement. La prise d'antidépresseurs restait sans effet.

« Il devait monter et descendre les escaliers plusieurs fois, ouvrir et fermer le réfrigérateur. S'il était interrompu, il devait recommencer. Il croyait qu'il allait lui arriver malheur s'il ne procédait pas au rituel. S'il ne pouvait pas faire de rituel physiquement, il le faisait en pensée, ce qui faisait qu'il ne pouvait pas se con-

centrer à l'école », ajoute la D^{re} Eva-Flore Bui-Xuan, cheffe du Département de psychiatrie à l'HME, qui a suivi Robert.

L'adolescent pouvait entrer dans de fortes colères si on l'empêchait de procéder à un rituel ou si l'on prononçait certains mots, comme « couche » ou « toilette ». Il avait aussi des obsessions positives, pensant qu'il allait devenir riche s'il s'adonnait à des rituels particuliers.

« À l'école, je restais derrière la porte une fois entré. Je demandais à la technicienne en éducation spécialisée de s'allonger sur le tapis et elle le faisait », se rappelle Robert.

La D^{re} Bui-Xuan explique que les gens essaient souvent d'accommoder le toc pour réduire le stress de la personne qui en souffre, mais cela l'amplifie plutôt.

« J'allais marcher sur la ligne jaune au milieu de la rue ou me coucher dans la rue », ajoute l'adolescent.

Ses parents ont donc cessé d'aller marcher dans le quartier. Les proches n'osaient plus leur rendre visite non plus, trouvant la situation trop difficile. Au printemps 2023, Robert a été suspendu de l'école pour une raison qui n'est pas liée au toc.

« Nous ne pouvions pas faire d'activité à l'extérieur de la maison, donc cet isolement ne nous a pas aidé à combattre

le toc », souligne Daniel*, le papa de Robert.

LE CHEMIN VERS LA GUÉRISON

Robert a reçu l'aide d'une psychoéducatrice et d'une travailleuse sociale de son CLSC. Il a aussi été brièvement hospitalisé à l'HME, car le toc était tellement intense que l'on croyait qu'il était peut-être en psychose. Il a alors été pris en charge à l'HME et a été dirigé vers la Dre Bui-Xuan en 2023.

« Dès la première rencontre, nous avons commencé la psychoéducation. Je lui ai expliqué ce qu'était un toc, que c'est comme si notre cerveau nous jouait des tours. Il ne faut pas écouter ce qu'il dit et se rattacher à des pensées plus réalistes », raconte la psychiatre.

Robert s'est immédiatement senti mieux. Il a commencé à réaliser que ses rituels et ses craintes n'avaient pas de fondement réel.

« Comprendre ce qui lui arrivait a réglé 50 % de son problème », estime Chantal.

Avec l'aide de ses parents, l'adolescent a tout de suite mis lui-même en place un plan pour cesser de s'adonner à ses rituels. Ses parents l'ont aidé à identifier les moments où « son cerveau lui jouait des tours ». La famille a établi une routine d'activités toute la soirée avant le coucher pour garder Robert occupé et empêcher

[suite >](#)



► La D^{re} Eva-Flore Bui-Xuan, cheffe du Département de psychiatrie à l’HME, a aidé Robert à surmonter son toc.

le toc de s’installer. Il recevait aussi des récompenses lorsqu’il parvenait à cesser des rituels.

« Comprendre ce qu’est un toc a vraiment fait la différence pour Robert. On nous a aussi rappelé l’importance de ne pas accommoder les tocs, même si empêcher Robert d’effectuer ses rituels pouvait générer de l’agressivité », mentionne la maman.

L’adolescent a finalement compris que ses proches n’étaient pas contre lui lorsqu’ils essayaient d’empêcher un rituel, mais qu’ils étaient plutôt tous ensemble contre le toc.

DES JOURS MEILLEURS

Après quelques rencontres, suivant un calendrier, Robert a graduellement été exposé aux mots qui le mettaient en colère afin de l’y désensibiliser. On lui a aussi donné des conseils pour relaxer lorsqu’il sentait l’anxiété monter : prendre un bain, aller marcher, etc.

Depuis, le toc a complètement disparu. « Je dois quand même me rappeler de le repousser à l’occasion », dit Robert.

Ses parents restent à l’affût des signes qui pourraient annoncer le retour du

toc, ce qui est possible en période de stress.

« La thérapie a permis aux antidépresseurs de fonctionner. Après un an, nous devrions tenter de diminuer graduellement la dose jusqu’à les enlever complètement », indique la D^{re} Bui-Xuan.

Robert est maintenant de retour à l’école à temps plein. Sans toc qui prend toute la place, il peut enfin profiter de la vie.

**Les noms ont été modifiés à la demande du patient.*



L'HME en bleu-blanc-rouge !

Par Caroline Fabre

Le 11 décembre dernier, les joueurs de hockey des Canadiens de Montréal sont venus célébrer les fêtes de fin d'année avec les jeunes patients de l'Hôpital de Montréal pour enfants et leur famille. Cette tradition précieuse, qui en est à sa 59^e édition, a débuté dans les années 1960 et est devenue un événement attendu avec impatience par les patients et le personnel. suite >

► Ci-dessus : Toutes les unités d'hospitalisation ont été visitées par les joueurs des Canadiens, dont l'Unité de soins intensifs néonataux.

Les joueurs ont visité les différents étages de l'hôpital, distribuant des cadeaux, signant des autographes et partageant des moments réconfortants avec les enfants et leurs proches. Pour les patients placés en isolement, les Canadiens ont également pris part à un atelier de décoration de bâtons de hockey en ligne, permettant ainsi à tous de participer aux festivités.

« Je suis vraiment heureux que nous ayons eu l'occasion de venir, de passer un peu de temps avec ces enfants et de les faire sourire. Voir que certains des enfants que nous avons eu le privilège

de rencontrer ont été assez excités et ont eu assez d'énergie pour se lever de leur lit afin de venir nous voir pour une photo ou un autographe, c'était vraiment inspirant », partage Josh Anderson, ailier pour l'équipe.

Des événements comme celui-ci favorisent la création de souvenirs précieux pour tous les participants. Nous remercions les Canadiens pour leur engagement continu et pour avoir rendu cette saison des Fêtes particulièrement spéciale pour les patients de l'Hôpital de Montréal pour enfants. ❁



► Des joueurs partagent un moment touchant avec une patiente et sa maman dans l'Unité d'hématologie-oncologie.

suite >



► Les joueurs ont distribué des cadeaux dans l'hôpital, au plus grand plaisir de nos jeunes patients.



L'HME fait la fête

Par Caroline Fabre

Au cours des derniers mois, les couloirs de l'Hôpital de Montréal pour enfants (HME) ont vibré d'excitation et de joie. Entre des activités créatives, des performances en direct, des invités spéciaux et des événements thématiques qui ont illuminé les visages de nos patients, de leur famille et de notre personnel, nous avons prouvé qu'il y a une place pour le plaisir, même dans un hôpital.

L'orchestre de la réserve navale NCSM Donnacona a apporté un vent festif aux patients et au personnel de l'HME en décembre. En visitant les différents étages, ils ont partagé leur talent en jouant d'entraînantes mélodies, créant ainsi des moments empreints de joie et de magie.



L'HME a eu le privilège d'accueillir des musiciens de l'Orchestre Métropolitain pour une performance envoûtante. Un quatuor à cordes est passé d'une unité d'hospitalisation à l'autre, interprétant de grands classiques des Fêtes qui ont réchauffé le cœur de nos petits patients, leur famille et notre personnel.



En novembre, le Service de police de la Ville de Montréal est venu passer quelques heures en compagnie des petits patients de l'HME. C'est avec des collègues déguisés en Spider-Man et Deadpool qu'un membre du Groupe tactique d'intervention est descendu en rappel le long de la façade de l'hôpital, offrant un spectacle palpitant aux patients et au personnel.



Les couloirs de l'HME se sont remplis de couleurs et de paillettes alors que notre personnel a célébré l'esprit des Fêtes avec ses meilleurs (et ses plus moches) chandails thématiques !

L'HME a célébré la période des Fêtes avec style grâce à un événement organisé par le Comité de la qualité de vie au travail. Les membres du personnel ont ainsi pu déguster de délicieux mocktails et de savoureuses pâtisseries, le tout en écoutant un concert offert par l'orchestre de la réserve navale NCSM Donnacona. Merci à la Fondation de l'HME qui finance le comité.

