

ReMed: soutien aux médecins sous pression

La médecine est une profession exigeante. Les médecins sont parfois soumis à une pression telle qu'ils ne savent plus comment gérer ces situations critiques. C'est là que le réseau de soutien ReMed leur offre un soutien et leur montre des portes de sortie.

Jürg Bänninger^a,
Maximiliano Wepfer^b

a Spécialiste FMH en médecine générale, Comité de direction ReMed

b Communication de la FMH

Témoignage

La compagne d'un médecin de 48 ans, décédé tragiquement sous l'emprise de médicaments, raconte:

Le désespoir me ronge et me rend folle: si j'étais rentrée plus tôt à la maison, j'aurais peut-être pu éviter qu'il meurt. Vouloir le protéger était la dernière chose à faire, j'aurais dû au contraire tout risquer pour l'aider. Si j'avais connu l'existence de ReMed, j'aurais peut-être agi autrement.

Tout a commencé il y a quatre ans. Mon compagnon ne rentrait plus à la maison après son travail à l'hôpital, et ce de plus en plus souvent. Je n'ai commencé à m'inquiéter que le jour où j'ai trouvé ses vêtements souillés de sang dans la salle de bain. Il a invoqué une chute à vélo, mais en l'absence de blessures correspondantes, cela ne pouvait pas être la vérité. Je l'ai ensuite surpris sur le canapé complètement hébété avec une seringue dans le bras. J'ai appelé l'ambulance contre sa volonté, mais il a su convaincre les ambulanciers qu'il contrôlait la situation, et ils sont repartis. Il m'a promis de prendre mieux soin de lui pour retrouver un équilibre et, pendant une

période, il allait effectivement mieux. Mais les incidents se sont succédé et il a été licencié sans préavis. Encore une fois, il a promis solennellement de se reprendre en main et semblait être un moment hors de danger. Il est entré de son plein gré en clinique psychiatrique, a accepté de suivre une thérapie pour sortir de sa dépendance et a effectué des remplacements dans des cabinets médicaux. Mais les rechutes ont immédiatement suivi: retrait du permis de conduire, mises en demeure par courrier, arrestations par la police. Bien qu'il se soit engagé à respecter certains accords concrets, il est parvenu à s'y soustraire en convainquant les experts qu'il n'avait aucun problème. Je me suis tue par crainte de lui nuire. Cette peur fatale m'a empêchée de me poser davantage de questions et d'intervenir. Même lorsque je parvenais à vaincre cette peur, je n'arrivais pas à le convaincre d'entreprendre quelque chose: je ne pouvais pas m'imposer face à son savoir. Je n'étais probablement

pas assez opiniâtre, j'aurais dû tout simplement insister ou l'envoyer consulter un organisme tel que ReMed si je l'avais su plus tôt.

Lorsque je suis moi-même tombée malade, il m'a soutenue avec amour et m'a motivée pour la thérapie qui m'attendait. Sa propre dépendance semblait avoir complètement disparu et nous n'avions jamais été aussi heureux. Une fois que j'ai été un peu rétablie, il est tombé en dépression et s'est replié sur lui-même. Nous avons toutefois décidé de suivre ensemble une psychothérapie afin d'apprendre à gérer ma maladie. J'ai assisté seule au rendez-vous. J'ai raconté au thérapeute toute l'histoire liée aux problèmes de dépendance de mon compagnon. Après cette séance, je suis rentrée chez moi revigorée et pleine de courage. J'avais désormais conscience que cela ne pouvait pas continuer ainsi et que les choses devaient changer. Malheureusement c'était beaucoup trop tard. C'est ce jour-là qu'il est mort...

Interview avec Peter Birchler, membre du Comité de direction de ReMed

Peter Birchler, à quel moment la compagne du médecin de ce témoignage aurait-elle dû s'adresser à ReMed?

Le plus tôt possible. Au moindre doute, les proches doivent nous contacter. Même si cette démarche n'est pas facile à entreprendre car on a peur de vexer la personne concernée, l'expérience montre que c'est la bonne manière d'apporter notre aide aux médecins en détresse.

De quelle manière ReMed l'aurait-elle soutenue?

Pour commencer, nous clarifions la situation avec la personne qui cherche conseil. Ensuite, nous essayons de contacter la personne concernée, de lui proposer des offres de soutien telles que des traitements hospitaliers, et d'accompagner le processus de motivation.

Quels signaux faut-il surveiller pour solliciter une aide professionnelle en cas de problèmes de dépendance?

Tout changement dans le comportement social et professionnel tels que repli sur soi-même, variations de l'humeur ou de la productivité ainsi qu'une apparence négligée sont des signes à prendre au sérieux.

Vous vous trouvez dans une situation critique et cherchez de l'aide? Ou un médecin de votre entourage a besoin d'un soutien? N'hésitez pas à contacter ReMed 24 h sur 24 sur sa ligne d'assistance au 0800 0 73633 ou [help\[at\]swiss-remed.ch](mailto:help[at]swiss-remed.ch).

Correspondance:
Dr Jürg Bänninger
[j.baenninger\[at\]hin.ch](mailto:j.baenninger[at]hin.ch)