

L'attention que les médecins – hommes ou femmes – portent à leur bien-être et à leur santé est loin d'être un luxe inutile. Le surmenage et l'insatisfaction ont un impact sur la prise en charge des patients: un médecin stressé commettra plus fréquemment une erreur et il ne pourra pas non plus convaincre en donnant l'exemple. De plus, des médecins en mauvaise santé ont un coût. S'occuper de sa santé n'est donc pas uniquement un impératif pour soi-même mais c'est aussi un investissement en faveur de la qualité et de l'économie de notre système de santé.

Dr med. Christine Romann, membre du Comité central de la FMH, responsable du département Promotion de la santé et prévention

La santé des médecins est importante

Barbara Weil

Cheffe de la Division Promotion de la santé et prévention

Plusieurs enquêtes réalisées en Suisse ou à l'étranger révèlent que les médecins sont soumis à un stress psycho-social important dans leur activité quotidienne et que les changements dans leurs conditions de travail se traduisent souvent par de l'épuisement professionnel. Malgré tout, ils continuent à s'identifier fortement à leur mission et à fournir un travail de qualité, ce que le public et les patients leur reconnaissent. Il apparaît cependant clairement que quelque chose doit changer si on veut éviter que la qualité de vie professionnelle et privée de nombreux médecins ne se dégrade.

Le stress et la pression caractérisent aujourd'hui le quotidien de nombreux médecins.

Lors de conférences consacrées à la santé des médecins, les experts de nombreux pays se penchent sur les moyens de préserver la santé des praticiens ou de l'améliorer. Dans l'ensemble, ces derniers peuvent bénéficier d'un soutien diversifié dès leurs études de médecine et jusqu'à la retraite: l'offre va de la prise de conscience à la confrontation en passant par la garantie de la qualité. Les médecins peuvent aussi solliciter une thérapie ou un coaching. Durant leurs études ou leur assistantat, les futurs médecins sont préparés à mieux affronter le stress professionnel. Pour répondre à la détresse de nombreux médecins en pratique privée, divers numéros d'appel ont été mis en place, leur apportant une aide compétente et rapide. Des mesures de prévention existent aussi sous la forme de brochures d'information, de programmes de santé pour collaborateurs hospitaliers ou de séminaires pour médecins sur le thème de «l'épuisement professionnel». La question de l'incidence du suicide chez les médecins, en particulier chez les femmes, mais aussi des moyens de lutte contre la dépression et le suicide sont des sujets désormais ouvertement abordés. Enfin, des instances spécialisées proposent des traitements semi-hospitaliers spécifiques aux praticiens en état de dépendance.

Une offre efficace et adaptée pour venir en aide

Dans ce domaine, la confidentialité doit répondre à des critères d'exigence très élevés. Plusieurs offres via Internet, numéros d'urgence ou cours peuvent être sollicitées sans mention du nom, d'autres dans le cadre restreint d'un face à face. Pour un médecin, la marche à franchir avant de demander de l'aide est extrêmement élevée. Une indiscretion, une atteinte à la réputation ou le fait de pouvoir être découvert sont tellement redoutés que même dans le cas d'une très grave dépression ou d'une tendance suicidaire, il attendra très longtemps, jusqu'à ce qu'il soit trop tard. Pour être efficaces, les systèmes d'aide doivent donc impérativement tenir compte de ces paramètres spécifiques aux médecins sous peine de rester inopérants.

La Suisse est encore loin de disposer d'un tel réseau de soutien préventif, même si plusieurs démarches positives méritent d'être soulignées, dont notamment Re-Med ou le «Bureau des médecins de demain» du CHUV,

Pour la sécurité des patients, de bonnes conditions de travail sont tout aussi nécessaires que les offres de soutien.

les interventions de l'ASMAC en faveur du respect de la loi sur le travail, la mise en œuvre par les employeurs de mesures favorables à la famille (en collaboration avec le bureau UND), l'organisation de places en crèches ou encore le label «Friendly Workspace» de la Fondation Promotion Santé Suisse.

La prévention et la promotion de la santé pour les médecins doivent trouver leur place dans la formation médicale postgraduée et continue. La santé des médecins contribue pleinement à la qualité de soins et, en définitive, à la sécurité des patients. La promouvoir et la préserver est une nécessité. La FMH entend jouer un rôle dans ce domaine.