

Symposium de la FMH «Des médecins en bonne santé: de leurs études à la retraite», 7 avril 2016, Berne

# «Les médecins devraient prendre soin de leur santé»

**Entretien: Isabel Zwysig**

Rédactrice coordinatrice, M.A.

Dans le cadre de leur activité professionnelle, les médecins sont soumis à diverses pressions et ont de nombreux défis à relever. Le risque de surmenage est particulièrement élevé et la tentation d'y pallier par des stratégies de coping dysfonctionnelles est particulièrement forte dans ce groupe professionnel [1]. La FMH consacrera bientôt un symposium à cette thématique (cf. encadré). Christine Romann, membre du Comité central de la FMH, en décrit les tenants et les aboutissants. Entretien.



Dr med. Christine Romann, responsable du département Promotion de la santé et prévention.

## **Christine Romann, pourquoi la FMH estime-t-elle important d'organiser un symposium consacré à la santé des médecins?**

Parce que la santé de nos confrères nous tient à cœur! Des médecins satisfaits et qui se sentent armés pour relever les défis quotidiens sont les garants de la qualité de notre système de santé.

Grâce à ce symposium, nous souhaitons sensibiliser les responsables de la formation postgraduée, les employeurs comme les hôpitaux et bien évidemment nos confrères aux questions relatives à la santé des médecins. Bien que les médecins soient des experts de la santé, la manière de gérer leur propre santé peut laisser à désirer.

## **Quelles sont les principales charges professionnelles qui pèsent sur les médecins?**

L'importante charge de travail rend souvent difficile la conciliation entre vie de famille et vie professionnelle. L'accroissement des tâches administratives – tâches extraprofessionnelles – exige de plus en plus de temps et d'énergie. Si l'on rajoute à cela le déséquilibre entre vie professionnelle et privée, la tentation est grande de

recourir à des médicaments et de se les prescrire soi-même, souvent à mauvais escient d'ailleurs, au risque de sous-estimer sa maladie.

## **Qu'est-ce que cela signifie pour un médecin en termes de gestion de ses propres ressources?**

C'est exactement ce dont nous allons parler lors de ce symposium. Je me réjouis des échanges et des propositions que nous allons dégager ensemble.

## **A quoi les participants au symposium peuvent-ils s'attendre?**

Le symposium entend d'une part leur offrir une vue d'ensemble des points critiques dans la vie professionnelle de tout médecin, des études à la retraite. Des ateliers porteront sur différentes préoccupations qu'ils rencontrent au cours de ces étapes de vie et des solutions seront ébauchées et discutées.

## **A qui s'adresse cette manifestation?**

Nous voulons toucher non seulement les étudiants en médecine, les médecins-assistants et les chefs de clinique, mais aussi les médecins salariés et ceux qui exercent de manière indépendante. Nous nous adressons à tous les médecins et pas seulement à ceux proches de l'épuisement professionnel. Au contraire, il est important de tous les sensibiliser aux risques de l'activité médicale et à la manière dont on peut y faire face.

## **Ne risque-t-on pas justement de ne pas atteindre les personnes qui en ont véritablement besoin?**

La prévention du burnout ou de l'abus de médicaments s'initie lorsqu'on va bien. Toute personne qui s'intéresse à la manière de répartir ses forces et de préserver ses

<sup>1</sup> Voir aussi: Romann C. Des médecins en bonne santé: de leurs études à la retraite. Bulletin des médecins suisses. 2016; 2016;97(5):167.

ressources, tant dans le domaine professionnel que privé, se verra suggérer de nombreuses idées dans ce symposium. Une personne en crise n'a souvent plus vraiment la force de participer à un tel débat, mais il se peut que suite à ces discussions, un collègue sensibilisé à la question de la santé des médecins s'en préoccupe et aborde le sujet.

***Comment la FMH va-t-elle continuer à s'engager dans ce domaine à l'avenir?***

La santé des médecins restera un sujet important ces prochaines années. Le symposium et plus particulière-

ment les conclusions des ateliers jetteront les bases de nos futurs travaux. Hormis les offres de soutien déjà existantes pour les médecins surmenés ou malades, il est primordial de développer des offres dans le domaine de la promotion de la santé et de la prévention, et de prendre en compte les concepts et les possibilités d'intervention dans le domaine de la prévention comportementale.



Berne – lieu du symposium de la FMH.

© Truexmantw | Dreamstime.com

## Symposium de la FMH

### «Des médecins en bonne santé: de leurs études à la retraite»

Le symposium aura lieu le 7 avril 2016, à l'Hôtel Kreuz, Zeughausgasse 41, 3000 Berne 7, de 9h00 à 17h00. Après les exposés des experts, des ateliers seront organisés et permettront aux médecins et aux experts d'échanger leurs expériences. Les ateliers proposés sont les suivants:

- Atelier 1: Survive studies – de nombreux chemins mènent à Rome
- Atelier 2: Formation postgraduée, travail, temps libre et famille – tout gérer en parallèle jusqu'au titre de spécialiste
- Atelier 3: Corporate Health and Work-Life-Balance – à l'hôpital et au cabinet
- Atelier 4: Crise – lorsque l'on ne voit plus le bout du tunnel

Le délai d'inscription est le *vendredi 25 mars 2016*.

Vous trouverez les modalités d'inscription, le programme détaillé et de plus amples informations sur le site Internet de la FMH à la rubrique Promotion de la santé et prévention ([http://www.fmh.ch/fr/politique\\_themes/promotion\\_prevention/symposium\\_med\\_bonne-sante.html](http://www.fmh.ch/fr/politique_themes/promotion_prevention/symposium_med_bonne-sante.html)). La participation à cette manifestation est gratuite pour les membres de la FMH et de CHF 80 pour les non-membres.