

# ReMed: un soutien rapide

Le réseau d'assistance ReMed conseille et accompagne les médecins dans des moments critiques – par exemple lorsque leur quotidien professionnel devient une trop grande charge.

Jürg Beutler

Communication FMH

## Témoignage

*Un médecin de famille âgé de 45 ans et possédant son propre cabinet nous fait part d'une crise à laquelle il s'est trouvé confronté sans qu'il s'y attende.*

«Vous n'allez pas bien», m'a dit une patiente après m'avoir salué, comme si elle n'avait pas ses propres soucis. Un autre patient a cherché un autre médecin de famille parce que je ne lui semblais plus aussi performant. La crise dans laquelle je me trouvais depuis quelque temps était apparemment évidente.

Que s'était-il donc passé? Un voyage chez un ami qui avait perdu sa femme dans un accident de voiture et qui se retrouvait seul avec ses deux petites filles m'avait profondément affecté. Pendant la visite d'un musée, j'ai été pris soudainement d'une crise d'étouffement, de palpitations et de claustrophobie. J'ai dû quitter le bâtiment précipitamment. Ma femme et mon ami étaient aussi perplexes que moi.

Rentré à la maison, je me suis traîné à mes consultations, mes séances et mes interventions comme

médecin de district avec le peu d'énergie qui me restait. Comme l'avait remarqué ma patiente particulièrement sensible, sa maladie avait déclenché en moi – et ce n'était pas une exception – une peur panique. Au sein de ma famille, je fuyais toutes les responsabilités. Je négligeais mes amis et la sonnerie du téléphone suffisait à me donner des palpitations et des accès de transpiration. Ma souffrance était telle que j'ai rapidement sollicité un soutien professionnel.

Le chemin pour sortir de cette crise fut long et difficile. J'ai restructuré mon quotidien, démissionné de certains mandats et créé des plages de temps libre. Lentement, j'ai appris que je n'étais pas irremplaçable et que je ne pouvais pas satisfaire à toutes les exigences.

Et finalement, cette crise a eu un impact positif sur tous les domaines de ma vie, notamment sur mon couple et ma famille.

## Interview avec le responsable du projet

*Michael Peltenburg, que peut entreprendre un patient lorsqu'il remarque que son médecin se trouve en situation de crise?*

Une situation de crise chez un médecin suscite chez son patient des sentiments partagés: il souhaiterait l'aider, mais hésite. C'est pourquoi il est rare qu'il lui en parle. Il fera peut-être une remarque auprès du personnel du cabinet, mais celui-ci ne fait souvent que sauver les apparences. Si la situation devient insupportable, le patient change tout simplement de médecin.

Pendant le patient peut s'adresser à tout moment à ReMed – de façon anonyme ou non. ReMed entre alors en contact avec le médecin en question pour rechercher le dialogue. Bien évidemment, cette démarche suscite tout d'abord une certaine méfiance chez les collègues concernés, mais ils finissent en général par accepter le soutien offert.

## Qu'entreprend concrètement ReMed?

ReMed apporte un soutien aux collègues concernés pour sortir d'une crise. Ils peuvent par exemple entamer une thérapie, un coaching ou solliciter des conseils pour la gestion de leur cabinet. ReMed les aide à faire le bon choix et leur indique des professionnels.

## ReMed établit-il également sur demande des contacts avec des médecins en situation similaire?

Nous savons qu'il existe une demande de groupes d'entraide. ReMed souhaite fournir une contribution active également dans ce domaine. Nous voulons inciter, encourager – et fournir des contacts. Toute personne intéressée est priée de s'adresser à ReMed. Concrètement, en Suisse alémanique, nous recherchons des collègues souffrant de maladies neurologiques avec un pronostic incertain, intéressés à un échange sur les stratégies pour gérer la crise.

**Lors d'une prise de contact, ReMed s'annonce dans les 72 heures et examine la situation et les démarches individuelles possibles sans engagement de part et d'autre, et en toute confidentialité. ReMed est lié au secret médical.**

**Avez-vous besoin d'un soutien? Un médecin de votre entourage nécessite-t-il une aide?**

**N'hésitez pas à contacter ReMed!**

**Ligne d'assistance téléphonique 24 h sur 24:**

**0800 0 73633**

**info@swiss-remed.ch, www.swiss-remed.ch**

Correspondance:

Dr Michael Peltenburg  
Spécialiste en médecine  
générale FMH  
CH-8340 Hinwil

michael.peltenburg@hin.ch