

ReMed: un soutien rapide

Parfois la coupe est pleine: responsabilité professionnelle ne se conjugue pas toujours bien avec intérêts personnels. La situation semble parfois sans issue. ReMed, réseau d'assistance pour les médecins en situation de crise, offre alors un soutien rapide et compétent.

Jacqueline Wettstein,
Jürg Beutler

Communication FMH

Témoignage

Un médecin de famille, époux et père de famille, a traversé une profonde dépression à l'âge de 51 ans. C'est seulement aujourd'hui qu'il reconnaît que ses propres besoins ont aussi de l'importance.

Ma première dépression nerveuse, je l'ai eue en Argentine en exerçant comme médecin-assistant: l'éloignement du pays natal et une charge de travail incomparable de parfois 108 heures hebdomadaires ont été dévastateurs. Et puis, une crise existentielle profonde à 40 ans: est-ce vraiment la vie que je souhaite, un cabinet en montagne avec un service de garde intensif pendant la saison d'hiver?

Je veux me consacrer plus de temps, j'achète alors un violoncelle et commence à répéter. Mais en même temps, je m'engage en politique et accepte des responsabilités. La charge de travail augmente encore et six

Lors d'une prise de contact, ReMed réagit dans les 72 heures et examine la situation et les démarches individuelles possibles sans engagement de part et d'autre. ReMed est lié par le secret médical.

Avez-vous besoin de 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**

mois plus tard, c'est le plongeon. Pour une bagatelle, je peux devenir agressif envers mes patients. Les nuits passées seul en montagne me minent, ma femme et mes enfants, restés dans la vallée, me manquent. Après les interventions d'urgence, je n'arrive plus à retrouver le sommeil la nuit. Je consomme trop d'alcool, fume beaucoup plus et prends énormément

de poids, jusqu'à ce que mon cœur ne tienne plus ce rythme infernal. Diagnostic: troubles du rythme cardiaque. C'est un signal d'alarme clair, je ne peux plus continuer comme ça!

Je change radicalement mon emploi du temps et me soucie de mon bien-être et de ma santé. Je me rends plus tard à mon travail, je pratique régulièrement du sport et je choisis une nourriture saine. Les cigarettes et l'alcool me sont sortis de l'esprit. Maintenant, je suis en mesure de revendre mon cabinet et je pourrais prochainement retourner emménager dans la vallée, avec un poste à temps partiel dans un cabinet de

groupe. Bientôt, je serai à nouveau dans une forme resplendissante. Si seulement j'avais su prendre au sérieux mes propres souhaits quand j'étais jeune médecin et si j'avais pu faire appel à un réseau pour médecins comme ReMed!

Interview avec Jacques de Haller, Président de la FMH

Vous avez-vous-même possédé un cabinet. Pouvez-vous concevoir que les médecins arrivent parfois à leurs limites? J'ai exercé pendant plus de vingt ans à Genève comme médecin de famille. Mon travail m'a toujours procuré beaucoup de plaisir. Bien évidemment, il m'est arrivé de traverser des périodes avec une charge de travail proportionnellement supérieure à la joie ressentie, que ce soit parce qu'il devenait pratiquement impossible de surmonter toute la charge de travail, parce que les patients étaient exigeants ou parce que les tensions créées par la pression des assurances-maladies ne cessaient d'augmenter. Dans ces périodes, j'aurais souhaité pouvoir faire appel à un réseau d'assistance comme celui de ReMed. Pouvoir simplement raconter ses soucis à une personne neutre, sans être immédiatement classé dans la catégorie des perdants, présente déjà un premier pas important.

Selon vous, quel est l'objectif poursuivi par ReMed?

Nous autres médecins exerçons une profession qui exige beaucoup de notre personne. Avec ReMed, l'attention est pour une fois portée vers les médecins. Le réseau d'assistance s'engage afin que les médecins prennent conscience de leur propre santé, et aussi pour qu'ils connaissent les mesures pouvant être prises et auxquelles ils peuvent recourir de leur propre chef en cas de nécessité. ReMed apporte aussi son soutien, à titre préventif, avant qu'un problème n'arrive. Le mieux est d'anticiper et de solliciter de l'aide sans attendre que la charge ne soit trop lourde à porter et que le travail n'en pâtisse. Par ailleurs, non seulement les médecins mais aussi leurs proches et d'autres personnes concernées peuvent d'adresser à ReMed.

Correspondance:
Dr Michael Peltenburg
Spécialiste FMH en médecine
générale
CH-8340 Hinwil
michael.peltenburg@hin.ch