

ASSISTANCE À UN MEMBRE QUI A DES DIFFICULTÉS PERSONNELLES

William Barakett m.d.

Michelle Cousineau m.d.

Objectifs de l'atelier

- **Déceler des signes suggestifs de difficultés personnelles chez un de leurs membres**
- **Proposer des modes d'intervention à titre de délégué syndical**
- **Diriger le membre en question vers les ressources appropriées à sa condition**

Plan de l'atelier

- **Être délégué syndical : c'est se mettre en situation d'intervention**
- **Un médecin peut-il être malade?**
- **Résistance des mds à l'aide**
- **Problèmes courants chez les mds**
- **Indicateurs de problèmes chez les mds**
- **L'intervention du délégué : attitude et approche**
- **Les ressources appropriées (en particulier : le PAMQ)**

Être délégué syndical...

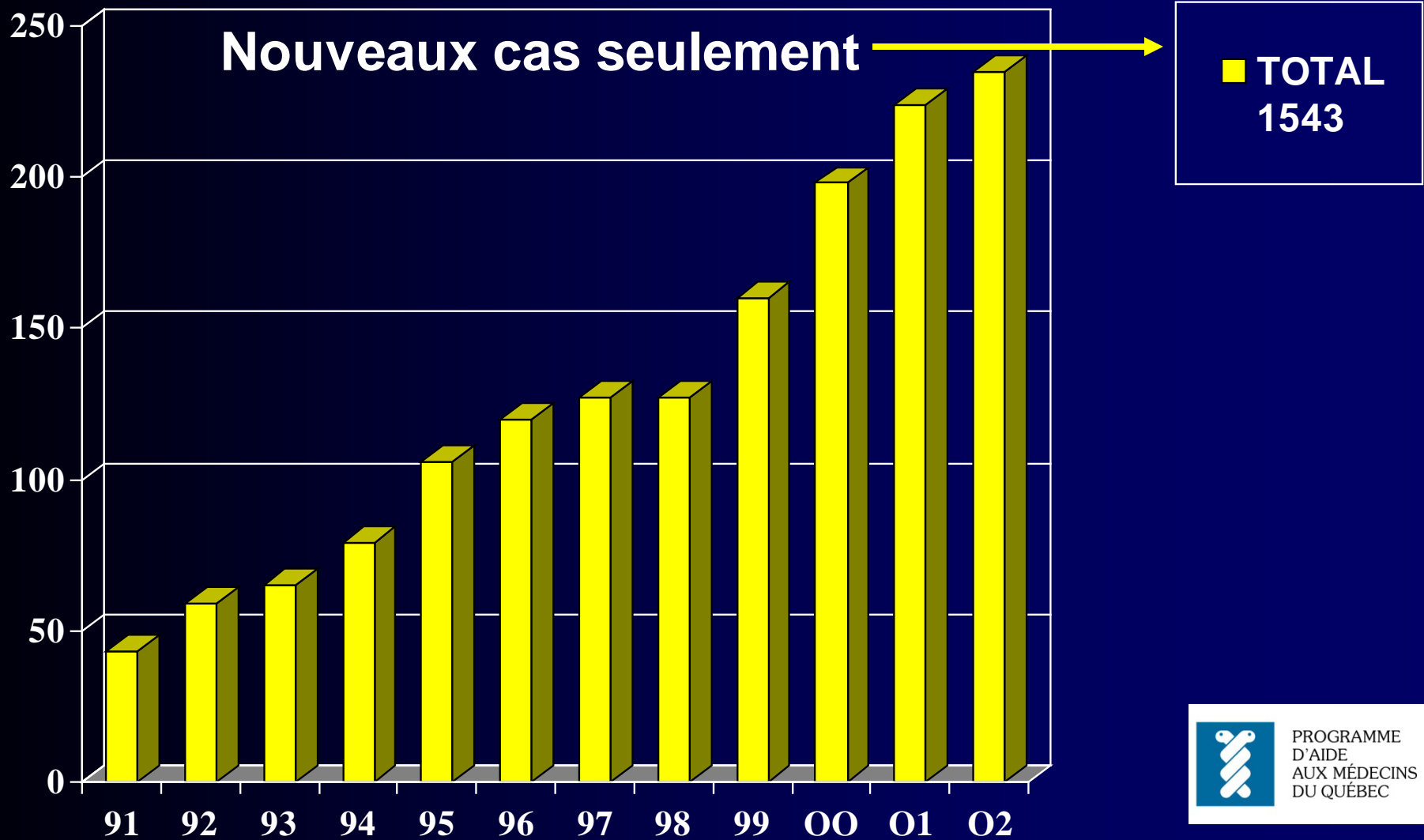
- **Connu**
- **Modèle**
- **En relation avec bien du monde**
- **Rôle de protection et de défense**

Un médecin peut-il être malade ? ...ou avoir des problèmes?

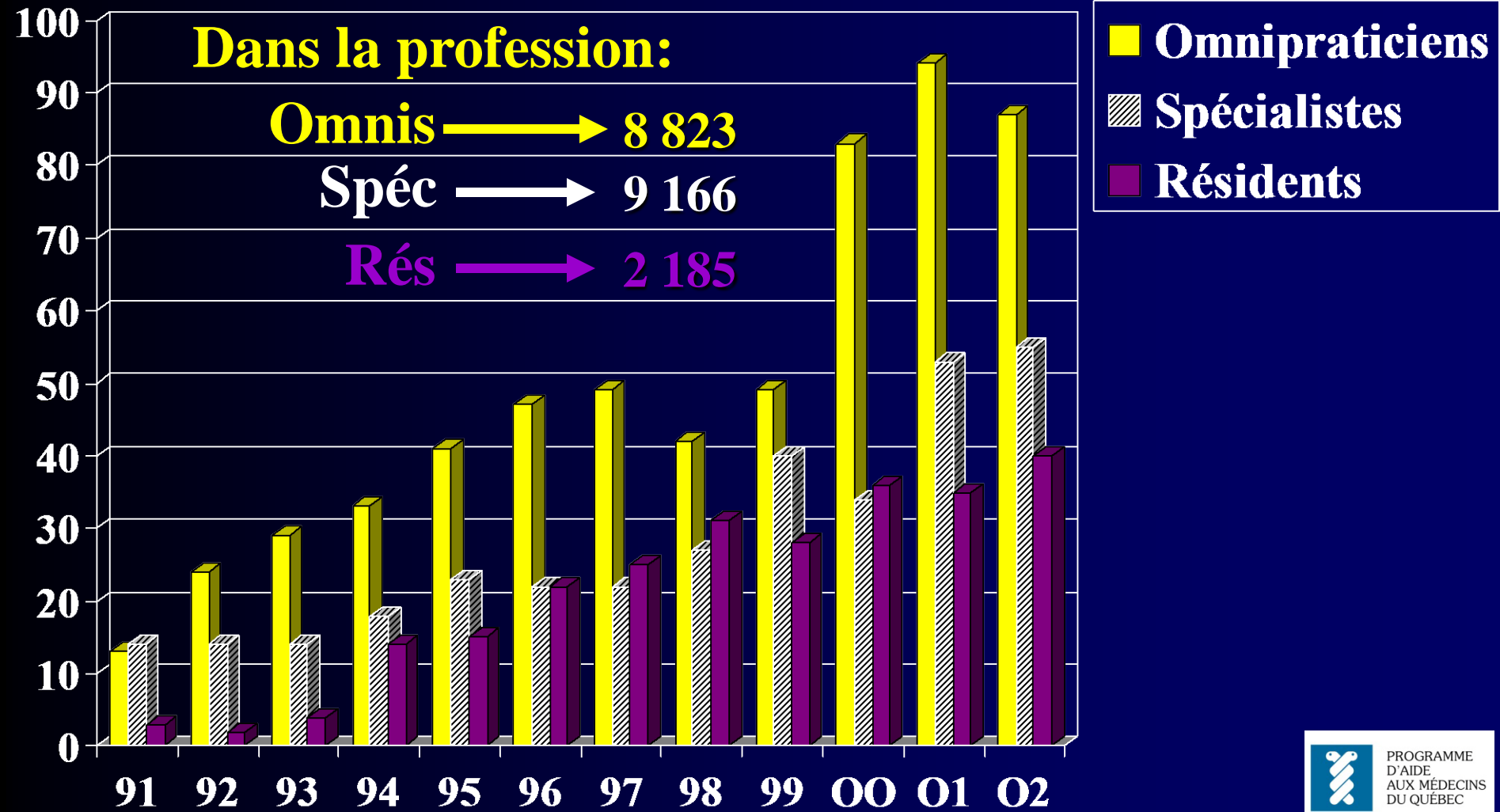
- **Les Stats du P.A.M.Q.**
- **Les facteurs de risques propres aux médecins :**
 - le surinvestissement dans les demandes excessives (attentes des pairs et des organisations, de la clientèle, de la famille, etc.)
 - les traits de personnalité du md
 - la culture médicale (auto-diagnostic et auto-traitement, jugement d'omnipotence de la société)
 - les difficultés créées par l'organisation actuelle de la santé

...etc...

Nombre total de demandes d'aide de juin 1990 à mai 2002

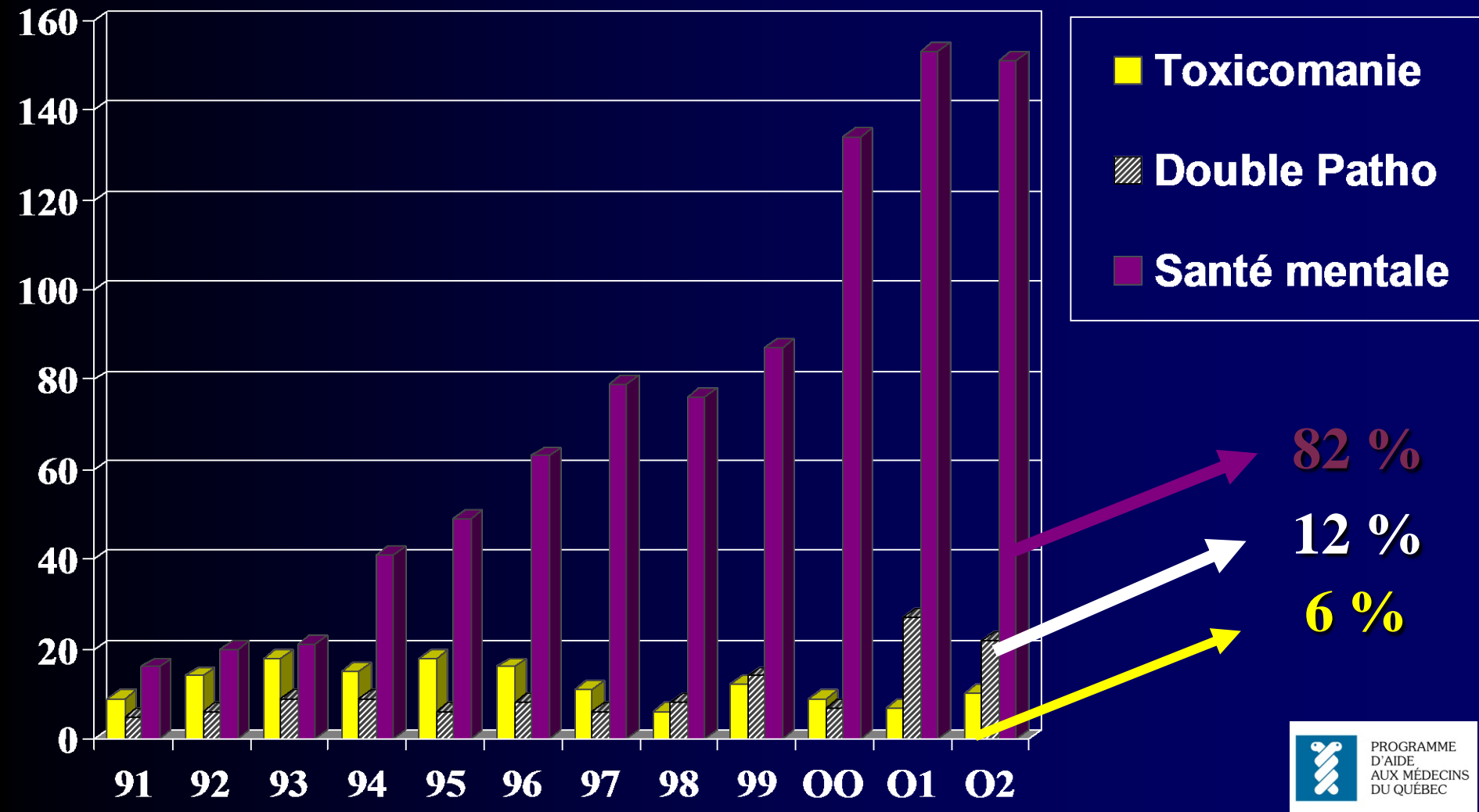


Nouveaux cas de juin 1990 à mai 2002

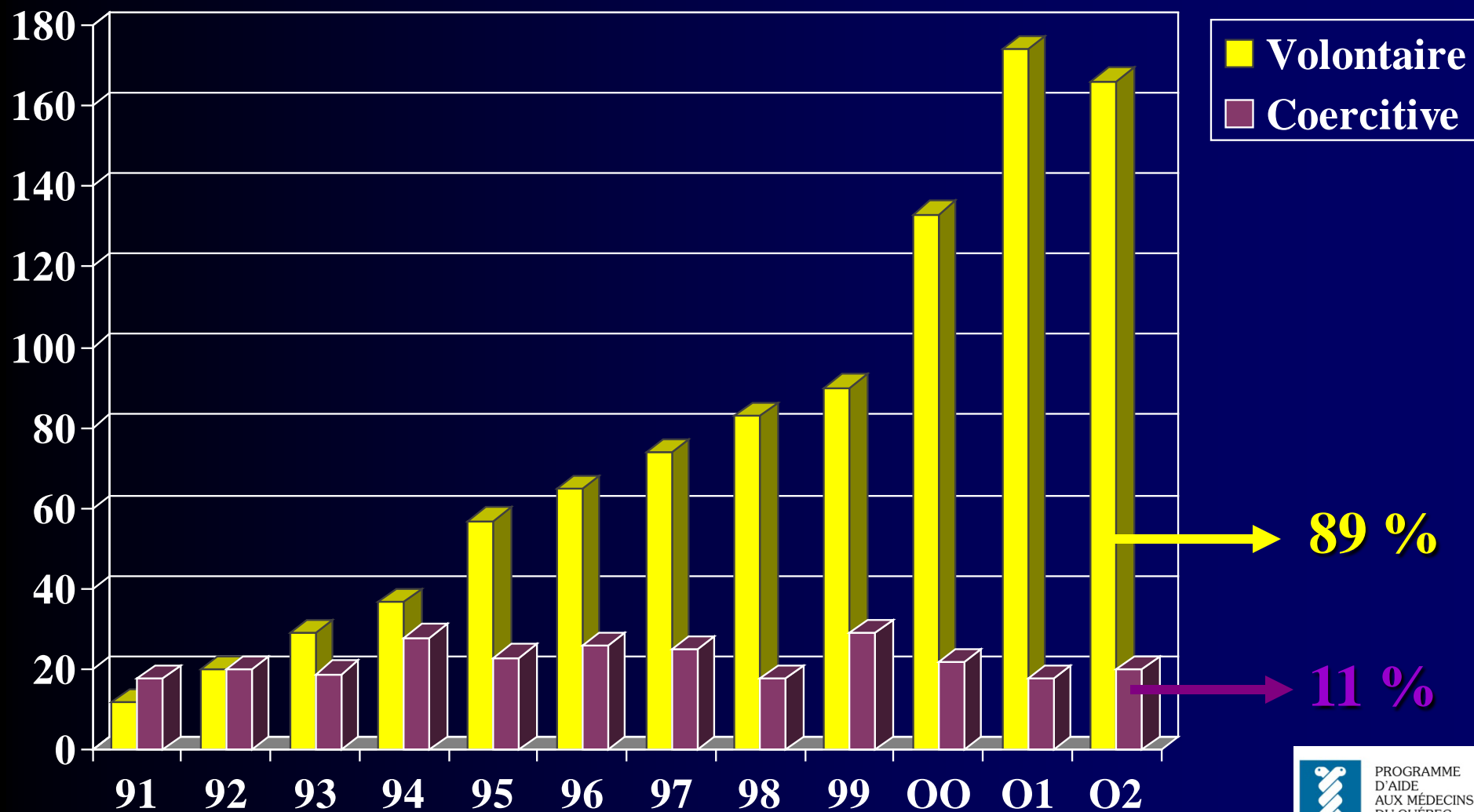


Santé mentale et toxicomanie

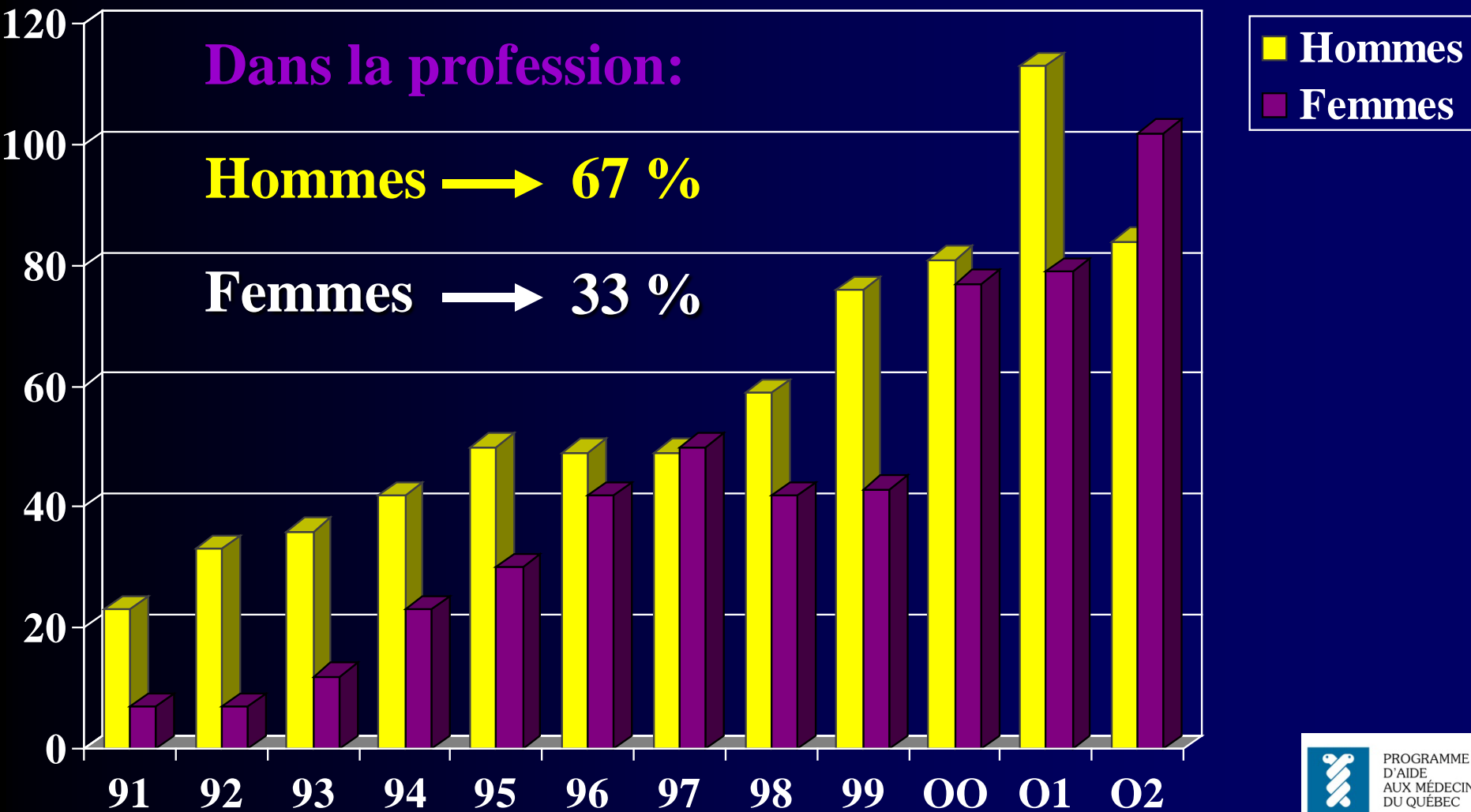
Répartition des cas



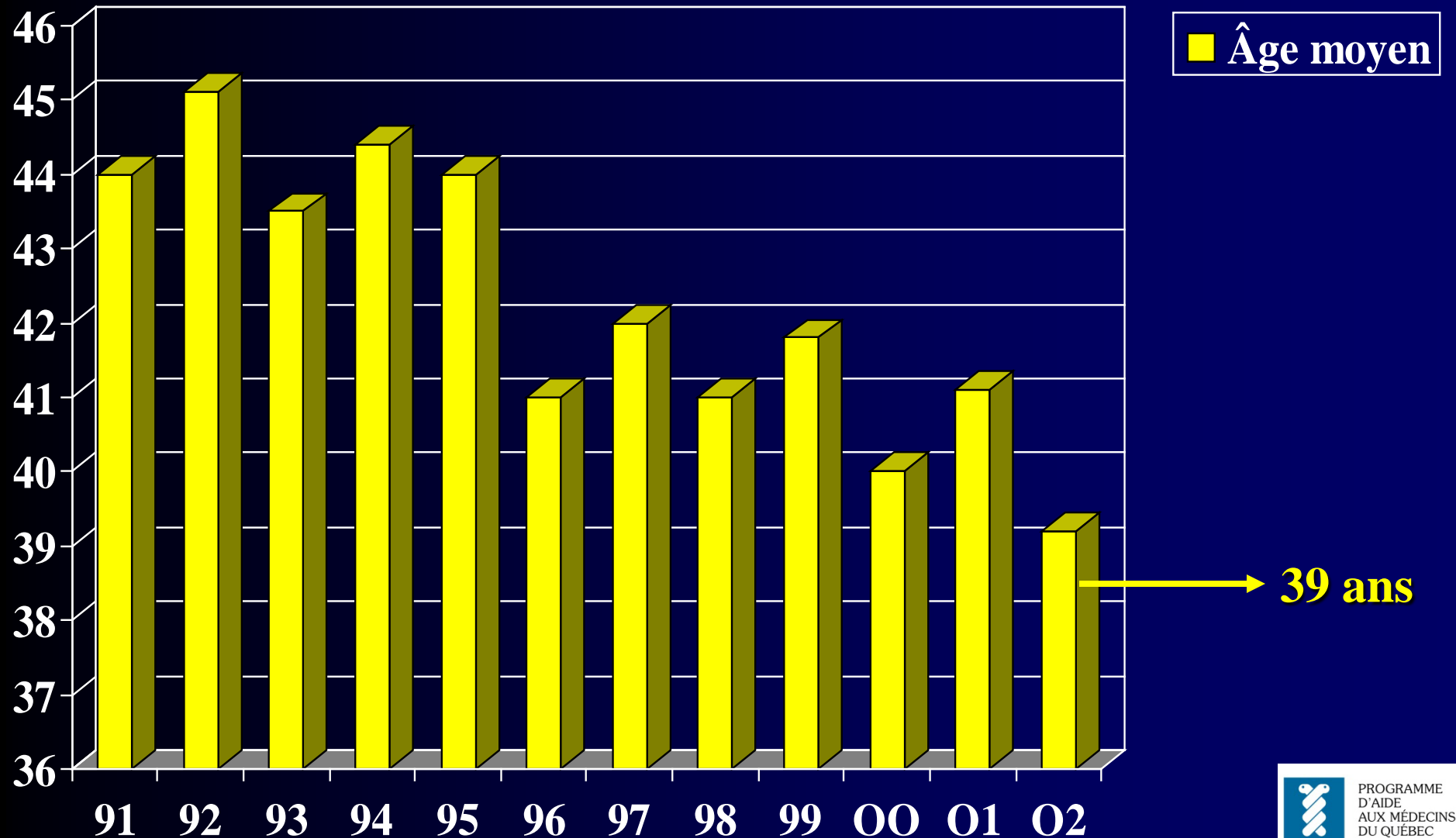
Forme de la demande d'aide de juin 1990 à mai 2002



Demandes d'aide Hommes / Femmes



Âge moyen de la clientèle



Résistance des médecins à l'aide

- **Négation ou minimisation de leurs problèmes / isolation**
- **Crainte de voir leur image altérée / d'être mal jugés**
- **Tendance à l'auto-traitement** (gêne de consulter inutilement)
- **Peurs** : du bris de confidentialité (vs le Collège), de l'élaboration d'un dossier médical compromettant, de nuire à leurs assurances, de perdre leur droit de pratique, etc.

Problèmes courants chez les médecins

- D'ordre personnel
- Au travail
- De la vie familiale et/ou de couple

(comme tout le monde !)

Problèmes au travail

- **Difficulté à reconnaître ses limites = *épuisement, anxiété, dépression***
- **Problèmes d'orientation professionnelle, d'organisation et financiers**
- **Inconduite sexuelle**
- **Poursuite en responsabilités**
- **Enquête ou discipline (problèmes de compétence...)**

Problèmes de vie familiale et/ou de couple

- **Conciliation famille-travail difficile**
- **Les vies parallèles / les ruptures**
- **Enfants-problèmes**
(relations parents-enfants difficiles)
- **Les doubles-tâches (md-femmes)**

Problèmes personnels

- **De santé mentale**
- **De santé physique**
- **Consommation inappropriée de substances psychotropes**
- **Troubles de personnalité**
- **Problèmes de comportement**
- **Le vieillissement**

LE MÉDECIN MALADE

Extraits tirés de :

La conférence de la D^{re} Michelle Dumont,

Psychiatre au CHUM

Lors du Congrès de formation médicale continue

« La FMOQ sous d'autres cieux »

Barcelone, Espagne

Troubles de santé mentale

- **7 à 10% des médecins**
- **Comorbidité**
- **Pharmacodépendance + dépression ou trouble bipolaire ou trouble panique ou TOC**
- **25 à 30% des résidents souffrent d'une dépression à un moment donné de leur formation**

Maladies les plus fréquentes

- **Troubles de l'humeur**
- **TOC**
- **Troubles de panique**
- **Troubles de stress post traumatique**
- **Troubles alimentaires**
- **Troubles de personnalité**
- **Toxicomanie**

Épuisement professionnel (BURN-OUT)

Indicateurs subjectifs

- **État de fatigue générale, perte de confiance en soi**
- **Sentiment d'incompétence et aversion envers le travail**
- **Malaises physiques multiples, troubles de concentration, troubles de jugement, irritabilité et négativisme**

Indicateurs de problèmes chez les médecins

- **Ponctualité déficiente**
- **Moindre disponibilité (gardes)**
- **Absentéisme mal motivé**
- **Modification du comportement et de l'apparence: relations difficiles avec les collègues, le personnel / résistance aux contrôles**
- **Organisation du travail qui laisse à désirer - syndrome de la porte fermée**
- **Prise en charge aléatoire des patients : examens arrondis, incomplets, erreurs de diagnostics et/ou de prescriptions**

Troubles psychiatrique chez les médecins

Signes avant-coureurs

- **Changement dans l'attitude du médecin**
- **Anxiété, agressivité, isolement**
- **Ralentissement des capacités fonctionnelles**
- **Baisse de concentration**
- **Désorganisation du travail**
- **Prolongation des heures de travail**

Les signes d'alarme

- **Symptômes dépressifs**
- **Anxiété pathologique**
- **Indécision**
- **Position de retrait**
- **Relations difficiles avec les patients**
- **Retards et absences au travail**
- **Somatisation**

Les signes d'alarme plus insidieux

- **Contrôle excessif sur la vie professionnelle et personnelle**
- **Cynisme, arrogance**
- **Blâme les autres, le système**
- **Critiques, remises en question des collègues**
- **Non reconnaissance des erreurs**
- **Intolérance à la critique**
- **Recherche excessive de reconnaissance**

Collège des médecins en Ontario

*2/3 des plaintes dirigées vers les médecins
concernent :*

- **Impolitesse**
- **Impatience**
- **Grossièreté**
- **Arrogance**

Réflexion individuelle sur le stress

- **Sur une échelle de 0 à 10, à quel point mes choix actuels d'activités sont en accord avec mes valeurs dans la vie?**
- **Quel est mon principal « grignoteur d'énergie » dans ma vie professionnelle?**
- **Et dans ma vie personnelle?**
- **Quel est mon antidote (solution spécifique) pour contrer le principal « grignoteur d'énergie » dans ma vie professionnelle?**
- **Et dans ma vie personnelle?**

Réflexion individuelle sur le stress (*suite*)

- À défaut d'antidotes efficaces, quels sont mes compensateurs (solutions passe-partout, gratifications, moyens préférés d'évasion) pour me ressourcer?
- Qu'est-ce qui, dans mes choix de vie, mon stress, mes zones de vulnérabilité et mes contraintes, pourrait faire en sorte que je devienne à risque de *burn-out* ou d'épuisement professionnel?
- Comment me prémunir contre ce risque?

L'intervention du délégué (*attitudes*)

- **Accueillir en faisant ressortir le désir d'aider (communiquer son inquiétude et son intérêt) tout en précisant son rôle en tant que délégué (et les limites de ce rôle)**
- **Ne poser aucun diagnostic**
- **Assurer la confidentialité**
- **Être clair et honnête**
- **Réassurer**

Attitudes du médecin qui confronte un médecin en difficulté

- Compassion et fermeté
- Respect et diligence
- Accepter ses propres vulnérabilités
- Surveiller étroitement le contre-transfert
- Préserver la dignité du médecin patient

L'intervention du délégué *(approche)*

- **Écoute et observation**
- **Documentation-enquête**
- **Reflet personnalisé de la demande /
opinion sur conduite à tenir /
réassurance / encouragement**
- **Référence**
- **Suivi et support**

Les ressources (*les références*)

- Personnelles
- Syndicales
- Le PAMQ

Le PAMQ

- **Organigramme**
- **Objectifs généraux**
- **Programmes de prévention**
- **Programmes d'intervention**
- **Ressources**

Programme d'aide aux médecins du Québec

❖ Organisme autonome & sans but lucratif

❖ Créé en 1990

❖ Financé en partenariat

FMOQ

FMSQ

FMRO

CMQ

AMLFC

Fondation Md du Qc

CONFIDENTIALITÉ

Objectifs généraux

- ❖ Venir en aide aux **médecins, résidents et étudiants**
 - Santé mentale
 - Consommation abusive d'alcool
 - ~~ou de drogues~~ Sexualité dans la relation médecin-patient

Objectifs généraux

Programmes de prévention

- ❖ Sensibilisation
 - Médecins
 - Résidents
 - Étudiants
- ❖ Identification précoce...
 - ... des «médecins problèmes»

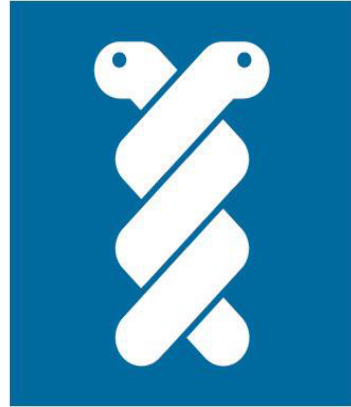
Objectifs généraux

Programmes d'intervention

- ❖ Évaluation de l'état de santé
médicale – psychiatrique – sociale
- ❖ Élaboration d'un plan d'action
- ❖ Suivi
 - thérapeutique
 - administratif
- ❖ Réinsertion à l'exercice professionnel

Ressources

- ❖ Médecins avec expertise en alcoolisme et en toxicomanie
- ❖ Psychiatres, médecins de famille, internistes, gériatres
- ❖ Psychologues
- ❖ Médiateurs, avocats et comptables
- ❖ Centres de traitement
- ❖ Groupes d'entraide



PROGRAMME
D'AIDE
AUX MÉDECINS
DU QUÉBEC

Téléphone : (514) 397-0888

Téléphone extérieur de Montréal : 1-800-387-4166

Site Internet : www.pamq.org