

Santé inc.

**Chronique du Dr Léon Tourian, président
Comité du bien-être des médecins résidents (CBER)
Fédération des médecins résidents du Québec (FMRQ)**

Fascicule # 1 (23 septembre 2013)

Détresse psychologique, épuisement professionnel et troubles de santé mentale : des réels défis pour certains médecins résidents

Les faits

- Les taux de dépression des médecins résidents sont plus élevés que ceux des médecins en exercice et de la population générale.
- Le risque relatif de suicide est plus élevé chez ceux-ci que dans la population générale.
- Ces problèmes de santé mentale entraîneront des soins de moins bonne qualité, ainsi qu'une performance académique et un développement professionnel insatisfaisants.
- Les problèmes de santé mentale chez les médecins résidents demeurent un sujet tabou.
- Gérer des problèmes de santé mentale pendant la formation constitue un réel défi pour les résidents, les programmes de formation, les facultés et la FMRQ.
- Les secteurs privé et public encouragent le retour au travail progressif des employés ayant requis un congé de maladie pour de tels problèmes, selon des protocoles préétablis. Il n'existe pas de tels protocoles pour les médecins résidents.

Un travail considérable reste à faire pour améliorer le dépistage, la prise en charge et le traitement des médecins résidents québécois à cet égard.

Le dépistage est-il la solution? : Quelle idée scandaleuse...

Notre principal défi : repérer les résidents avant qu'ils n'aient des ennuis. Souvent, ils n'attirent l'attention que lorsqu'apparaissent des difficultés académiques et professionnelles pouvant avoir des conséquences dévastatrices sur leur carrière.

Aux États-Unis, certaines facultés dépistent les troubles d'humeur, d'anxiété et d'abus de substances chez les étudiants et les résidents en médecine. Ces renseignements sont traités par les services aux étudiants et non accessibles aux professeurs. Cette idée a-t-elle de l'avenir au Québec? Les répondants seraient-ils honnêtes ou craindraient-ils d'hypothéquer leur carrière? Et qui assurerait la gestion et le suivi des résultats du dépistage?

Mais, qui veille à la santé de nos résidents? Dans un récent sondage auquel ont répondu 398 résidents de McGill, 75 % des répondants ont déclaré qu'ils n'avaient pas de médecin de famille. Si les taux de dépression et de troubles de la santé mentale sont plus élevés chez les résidents, qui va diagnostiquer et endiguer les problèmes émergents liés à

la dépression, à l'anxiété ou à l'abus de substances avant qu'ils ne fassent dérailler leur carrière? Comment les médecins que nous sommes, qui s'enorgueillissent d'être d'ardents promoteurs de la prévention des maladies, peuvent-ils être aussi inefficaces lorsqu'il s'agit de prendre soin d'eux-mêmes?

La FMRQ, les facultés de médecine et les spécialistes de la 1^{re} ligne doivent se concerter pour mettre en place des services accessibles aux résidents, tenant compte de leurs horaires et à l'extérieur des milieux d'enseignement afin de protéger la confidentialité. Non seulement en coûte-t-il beaucoup plus cher d'essayer de réparer le mal déjà causé, car ces problèmes n'affectent pas que les résidents; mais aussi les patients, des membres de leur famille et des amis. Prendre soin de celles et ceux qui prennent soin des autres relève du simple bon sens.