



© 2 Bro's Media / Unsplash

Épuisement professionnel: les médecins en situation de crise trouvent du soutien auprès de ReMed.

Aide en cas de burn-out, d'anxiété ou de dépression

Rapport annuel 2022 250 personnes ont cherché de l'aide auprès de ReMed en 2022. Le nombre n'a jamais été aussi élevé. Le réseau de soutien conseille les médecins en situation de crise. Les statistiques le montrent: les personnes concernées sont de plus en plus jeunes.

ReMed, Comité de direction

Jour après jour, les médecins s'engagent pour la santé de leurs patientes et patients et leur propre santé doit elle aussi être prise en compte. Ces professionnelles et professionnels de santé sont très sollicités, à tel point que cela impacte parfois leur santé physique et mentale et si à cela s'ajoutent des difficultés d'ordre personnel, la situation peut paraître soudainement sans issue. Avec ses offres de soutien, ReMed propose une aide spécifique aux médecins en situation de crise, les épauler en temps voulu dans des situations critiques et les accompagne jusqu'à leur sortie de crise. À chaque prise de contact, un médecin expérimenté de l'équipe de conseillers répond dans les 72 heures et discute de la situation avec la personne concernée. Le réseau de soutien ReMed vise à sensibiliser les médecins à leur propre santé et à préserver leur capacité fonctionnelle afin de garantir la qualité élevée des soins. Pour ce faire, ReMed se base sur les prescriptions légales en vigueur et sur le Code de déontologie de la FMH.

Le programme ReMed a 10+2 ans

Le 29 octobre 2010, après une phase pilote réussie, la FMH a créé le Réseau de soutien pour médecins ReMed (www.swiss-remed.ch). Comme il n'a pas été possible de fêter ses 10 ans d'existence en raison de la pandémie de coronavirus, ce fut d'autant plus réjouissant de pouvoir le faire l'année dernière avec des hôtes et des intervenantes et intervenants passionnants. Nous saisissons l'occasion pour remercier chaleureusement les organisations suivantes, dont la contribution a été essentielle à la réussite du projet: la Swiss Medical Students' Association (swimsa), femmes médecins suisse (mws), l'Association suisse des médecins-assistant(e)s et chef(fe)s de clinique (ASMAC), l'Institut suisse pour la formation médicale postgraduée et continue (ISFM) et la division Santé publique de la FMH. Au cours des 12 dernières années, l'équipe de ReMed a conseillé, accompagné et soutenu environ 1500 médecins dans le cadre de son activité et continuera à le faire car la santé des médecins est et reste une priorité.

Au cours des 12 dernières années, l'équipe de ReMed a conseillé environ 1500 médecins.

La demande ne cesse de croître

En 2022, ReMed a reçu plus de 250 demandes de soutien. Nos services sont de plus en plus sollicités et la demande a augmenté de 33 % par rapport à l'année précédente. A l'instar de 2021, le stress au travail a été le motif le plus fréquent,

suivi de près par les problèmes de dépression, d'épuisement professionnel et d'anxiété. Sur l'ensemble des prises de contact, 169 demandes (69%) provenaient de Suisse alémanique, 81 (26%) de Suisse romande et 3 (5%) du Tessin. Fait marquant, le réseau est deux fois plus sollicité par les femmes que par les hommes. Alors qu'il y a 8 ans, la moyenne d'âge des personnes cherchant du soutien était de 45 ans, elle est de 40 ans aujourd'hui.

Séances d'intervisions ReMed

En Suisse alémanique, ReMed organise chaque année des séances d'intervention. Grâce à ces groupes interdisciplinaires, nous pouvons offrir différentes possibilités de soutien aux personnes qui cherchent de l'aide. Les collègues qui y participent assurent au cas par cas le coaching, les conseils ou le traitement des personnes qui s'adressent à ReMed. Au niveau national, les interventions ainsi que les échanges d'expériences entre premiers répondants et comité de direction sont maintenus au cours de l'année afin de d'offrir un réseau solide de collègues actifs pour ReMed.

Fait marquant, le réseau est deux fois plus sollicité par les femmes que par les hommes.

La Charte sur la santé des médecins

La FMH est active dans le domaine de la santé des médecins depuis 2016, avec la série de manifestations «Prevention for Doctors – des médecins en bonne santé: des études à la retraite». De là est née, en 2019, l'idée de créer un socle commun pour préserver et promouvoir la santé de tous les médecins. Un groupe de travail composé de représentantes et de représentants de Jeunes médecins de famille Suisse (JHaS), de Médecins de famille et de l'enfance Suisse (mfe), de la Société suisse de médecine du travail (SSMT), de l'Institut suisse pour la formation médicale postgraduée et continue (ISFM), de la Swiss Medical Students' Association (swimsa) et de l'Association suisse des médecins-assistant(e)s et chef(fe)s de clinique (ASMAC), ainsi que des équipes des projets Coach my Career et ReMed et des divisions Développement professionnel, Données, démographie et qualité, Médecine et tarifs hospitaliers et Santé publique de la FMH a élaboré entre 2020 et 2021 une charte sur la santé des médecins intitulée «La santé des autres dépend de la nôtre». La charte a été approuvée par l'Assemblée des délégués le 7 avril 2022 et présentée à toutes les associations affiliées à la FMH le 19 mai 2022 lors de la Chambre médicale. Vous trouverez les 14 messages clés et les

ReMed est là pour vous

ReMed conseille les médecins en situation de crise et sera à vos côtés dans les 72 heures.

Le soutien se concentre sur:

- la disponibilité de jour comme de nuit
- le respect du secret médical
- des entretiens entre pairs, de médecin à médecin
- l'attention portée à la personne qui cherche conseil
- l'élaboration conjointe des possibilités d'agir
- le renvoi à un-e expert-e répondant-e du secteur ambulatoire ou hospitalier
- le mentorat ou groupe de parole
- un soutien avant que la crise ne se déclare

Le contact avec ReMed peut également être établi par l'intermédiaire d'une personne de l'entourage de la personne concernée.

En 2023, le programme national ReMed, le Comité de direction et les membres du réseau continuent à épauler les médecins en situation de crise. Les médecins concernés peuvent demander soutien et conseil en appelant la ligne d'assistance 24h/24 (0800 0 73633) ou en envoyant un courriel à remed@hin.ch.

indications pour signer la charte sur le site de la FMH : FMH->Thèmes->Santé publique>Santé des médecins.

Structures de ReMed

ReMed est une organisation du corps médical financée par la Fédération des médecins suisses. La mise en œuvre opérationnelle du réseau de soutien a lieu en dehors des structures de la FMH. Le réseau ReMed base ses procédures sur les prescriptions légales en vigueur et sur le Code de déontologie de la FMH. L'offre ReMed est basée sur la confidentialité et la responsabilité individuelle de chaque médecin. ReMed intervient uniquement si la personne concernée y consent explicitement. Toutes les démarches sont entreprises en accord avec la personne concernée qui, dans le cadre de ReMed, bénéficie des mêmes droits que tout autre patient: secret médical et respect des dispositions sur la protection des données. ReMed n'est pas un organe de surveillance et n'a pas de compétences d'investigation ni de sanction. Même si la FMH finance ReMed, elle n'a à aucun moment accès aux dossiers personnels. ReMed est



À gauche: Dr méd. Peter Christen, actuel directeur du programme ReMed; A droite: Dr méd. Michael Peltenburg, initiateur et ancien directeur du programme ReMed

- Esther Kraft, lic. rer. oec., cheffe de la division DDQ, FMH, responsable administrative

Comité de direction

- Dr Franco Gusberti, spécialiste en psychiatrie et psychothérapie, FMH
- Dr Mirjam Tanner, spécialiste en psychiatrie et psychothérapie, FMH
- Dr Carole Weil, spécialiste en gynécologie et obstétrique, FMH
- Dr Sabine Werner, spécialiste en dermatologie et vénérologie, FMH
- Dr Yvette Attinger Andreoli, spécialiste en psychiatrie et psychothérapie, FMH

Correspondance

info[at]swiss-remed.ch

lié au secret médical. Les tâches médicales et administratives sont clairement séparées.

Composition actuelle

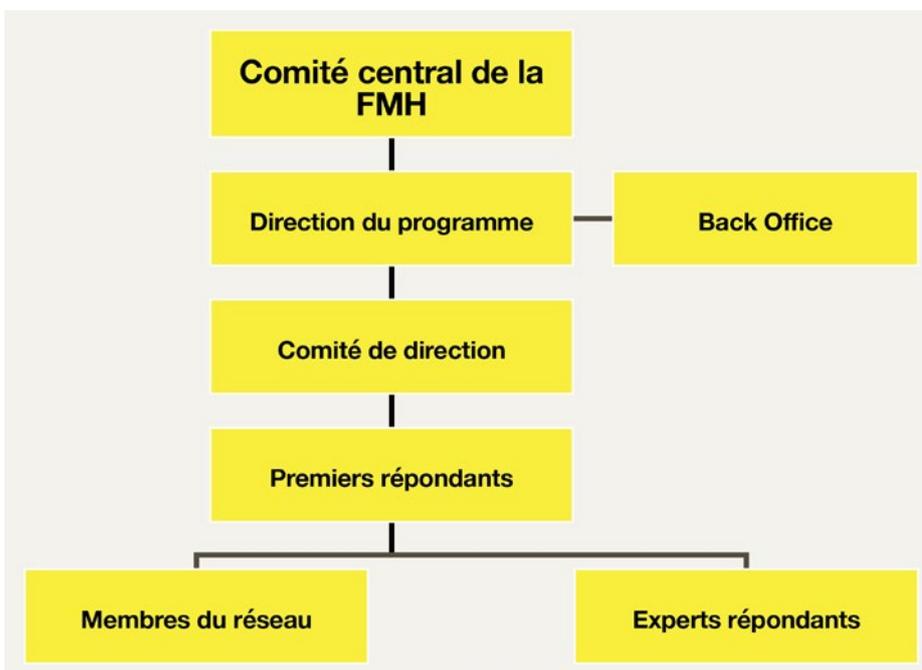
La direction du programme est responsable du développement des structures de ReMed et de leur mise en œuvre. Elle exerce une fonction de contrôle et représente le programme auprès du Comité central de la FMH. Le Comité

de direction est l'organe exécutif de ReMed. Il est responsable de la mise en œuvre opérationnelle et du développement des offres ReMed.

Le Comité de direction de ReMed se compose actuellement des personnes suivantes :

Direction du programme:

- Dr Peter Christen, spécialiste en médecine interne générale, FMH, responsable médical



Organigramme de ReMed