

Endlich Ferien ...

Wenn die Tage so gewittrigschwül sind und ich schwitzend in der wolkenverdunkelten Praxis gegen den Schlaf ankämpfe und mich mühsam zusammennehme, um den Faden im Gespräch mit meiner Patientin nicht zu verlieren ... dann weiss ich, es ist Zeit für Ferien. Und plötzlich schwelge ich in ablenkenden Bildern von herrlichen Landschaften, die ich durchkreuze, Ruhe zum lesen, Zeit zum geniessen, endlich Raum zum erholen, auftanken, bewegen, schlemmen ...

Aber noch sitze ich in der Konsultation, raffe mich auf, fasse sorgsam zusammen, was meine Patientin gerade gesagt hat. Um mich und sie zu vergewissern, dass wir uns in einer gemeinsamen Wirklichkeit befinden, spiegle ich die Emotionen zurück, entwickle mit ihr eine Arbeitshypothese, aber schon bald erscheint eine Liste von Dingen, die ich noch zu erledigen habe, bevor ich in meine wohlverdienten Ferien, wie einige gutmeinenden Patienten mir wünschen, verschwinden darf. Aber dann sind auch die anderen da, die sich beklagen, dass ich schon wieder weg sei, immer wenn sie mich brauchen, sei ich nicht da, vier Wochen sei gar lang und wenn ich die Vertreter aufbieten muss, einen für die HMO-Patienten, einen für die psychosomatischen Patienten und einen oder besser zwei für allgemeine Allgemeinmedizin, dann habe auch ich das Gefühl, vier Wochen seien zu lang ... Doch schon wieder wechselt es in meinem Gehirn: Ich erinnere mich, dass ich nicht unersetzbar bin, es geht auch ohne mich, meine Burnout-Prophy-

laxe ist mir wichtiger, schliesslich will ich diesen Job noch länger und mit Freude erfüllen können. Da erscheint meine Patientin wieder im Blickfeld, und einmal mehr klicke ich mich ins Gespräch ein, werde ich zusammenfassen, spiegeln, warten und aktiv zuhören. Wir entwickeln gemeinsam das weitere Vorgehen, einen Therapieplan, eine Medikamentenanpassung ... und wie beim zappen sehe ich mich im Liegestuhl am Wasser liegen und endlich die Bücher, Artikel und Zeitschriften lesen, die ich seit den letzten Ferien sorgsam gestapelt habe. (Alle die, die ich letztes Jahr nicht gelesen habe, werfe ich in einem Anflug von Mut und Entschlossenheit in den Papierkorb.) Und schon bin ich an der Gretchenfrage angelangt: Kommt der Laptop mit oder nicht? Es graut mir ja jetzt schon davor, wenn ich nur daran denke, wie viel Post mich nach der Rückkehr erwartet und neustens auch die Unzahl Mails ... also nehme ich den Laptop mit und bezahle eine dieser teuren Accesscards, um meine E-Mails auch in den Ferien herunterzuladen und gleich zu erledigen. Oder bin ich konsequent und bin *wirklich* in den Ferien – dafür laufe ich Gefahr, meine ganze Ferienerholung gleich in den ersten Tagen nach meiner Rückkehr in den Cybersmog aufgehen zu lassen ... Die Sitzung neigt sich dem zu Ende zu, eine gescheite Zusammenfassung am besten durch die Patientin selbst, was hat sie verstanden von meinen Interventionen, benötigt sie noch ein Rezept, zusammenfassen in die Krankengeschichte, Tarmed-gerechtes auf-

schreiben und jetzt ja nicht wieder sich davon einlullen lassen, dass unser Taxpunktwert umgekehrt proportional zum Ölpreis verläuft, dass wir Grundversorger in Basel statt mehr jetzt weniger erhalten ... Nach den Ferien wird das alles sicher besser sein, auch Couchepin, Zeltner und Brunner werden sich erholen. Ganz ausgeruht und mit frischem Elan werden sich auch neue Lösungen ergeben ... Die Patientin ist inzwischen gegangen; der rote Kleber auf ihrer KG erinnert mich daran, dass ich noch vor meinen Ferien einen IV-Arztbericht über sie verfassen muss. Ferien müssen verdient werden.

Es sollte ein kurzes Editorial werden, das schnell gelesen ist, damit Sie, liebe Kollegin, lieber Kollege, schon etwas Ferienstimmung erleben; oder, falls Sie dieses Primary Care erst nach Ihren Ferien lesen, wünsche ich Ihnen schon jetzt einen guten Wiederbeginn, allen anderen wirklich erholsame Ferien und all denen, die ihre Läden in dieser Ferienzeit hüten müssen, wenig zusätzliche Arbeit und weiter viel Ferien-Vorfriede.



Pierre Loeb,
Präsident APPM

Enfin les vacances ...

Quand les jours sont à ce point lourds d'orage que, dans mon cabinet assombri par les nuages, je sue en luttant contre le sommeil pour me concentrer sur le fil de la discussion avec ma patiente, ... je sais qu'il est temps pour les vacances.

Alors tout à coup, je me grise dans une imagerie distrayante d'ambiances merveilleuses faites de temps pour lire, d'espace pour se reposer, se ressourcer, se libérer et célébrer la joie ...

Mais je suis encore assis en train de consulter, je me ressaisis, je résume soigneusement ce que la patiente vient de dire pour nous conforter, elle et moi, dans le partage d'une réalité commune. Je reflète les émotions pour regagner en congruence mais bientôt je retrouve ma liste de préparatifs pour ces vacances bien méritées si j'en crois nombre de mes patients bien intentionnés. Mais, même si je fais appel à un remplaçant, d'autres se plaignent de me revoir partir, et pour quatre semaines en plus, comme chaque fois qu'ils ont besoin de moi. Et si je veux bien faire, un remplaçant ne suffit pas, il est préférable de recourir à un collègue pour les patients membres du HMO, un autre pour les cas psychosomatiques et encore un ou, mieux, deux collègues pour la médecine générale. Je finis par trouver moi aussi que quatre semaines c'est trop! Mais je me souviens que je ne suis pas irremplaçable, que cela va aussi sans moi, que ma prophylaxie du burnout est plus importante puisque je désire exercer encore longtemps ce métier avec plaisir.

Ma patiente réapparaît alors dans mon champ visuel et une nouvelle fois je me reprends, je reformule, résume, reflète, attends, écoute plus activement. Nous développons ensemble la suite du processus, un plan thérapeutique, une adaptation médicamenteuse ... et, comme si je zappais, je me réjouis de bientôt m'allonger au bord de l'eau pour lire enfin les livres, revues et articles empilés depuis les dernières vacances (ceux que je n'ai pas pu lire l'année dernière, je les jette maintenant à la corbeille dans une bouffée de courage et de fermeté), tandis que surgit la question cruciale: faut-il emporter le laptop, oui ou non? J'anticipe déjà avec horreur le volume du courrier qui m'attendra au retour sans compter les 300 courriels ... donc j'emmène le portable et je me paye une de ces onéreuses Access-cards pour télécharger mon courrier électronique, afin d'y avoir déjà répondu au retour. Ou bien je suis conséquent et je reste pleinement présent en vacances, quitte à perdre tout le bienfait du délassément au retour en deux trois jour à travers le cybersmog ...

La consultation touche à sa fin lorsque, dans une sage récapitulation qu'elle formule de préférence elle-même, la patiente me dit ce qu'elle a compris de mes recommandations thérapeutiques, lorsque je m'enquiers de son éventuel besoin d'une ordonnance, que je consigne la consultation dans le dossier, que j'applique les critères du Tarmed sans me laisser une nouvelle fois omettre que le point du tarif bâ-

lois évolue de manière inversement proportionnelle au prix du pétrole, et que les médecins de première instance gagnent non pas plus, mais moins ... Je pense que tout s'arrangera après les vacances, que Couchepin, Brunner et Zeltner se reposent aussi et que nous serons tous présents avec un élan nouveau pour accueillir nos patients.

Entretemps la patiente s'en est allée. Un signet rouge collé sur son dossier me rappelle que je dois encore rédiger sans retard un rapport AI: il faut mériter ses vacances!

Et ceci doit rester un bref éditorial, vite lu, pour annoncer sans tarder les vacances prochaines, à moins que vous ne le lisiez qu'après vos vacances! De toute façon, cher-e Collègue, je vous souhaite d'ores et déjà une bonne reprise, des vacances véritablement reposantes à certain-e, pas trop de travail supplémentaire et une agréable prévision de vacances plus tardives à ceux et à celles qui gardent ouverte leur échoppe!



*Pierre Loeb,
Président AMPP
(Traduction: Laurent Schaller)*