

## Acceptez de l'aide

# ReMed – le réseau de soutien de la FMH pour les médecins

ReMed est un réseau de soutien pour les médecins, en particulier en situation de crise. Les objectifs sont de maintenir la santé et la fonctionnalité des médecins ainsi que de garantir la sécurité de la patientèle et la qualité élevée des soins médicaux. Par ailleurs, le réseau diffuse des connaissances et expériences sur la promotion de la santé et la prévention parmi les médecins et les sensibilise à leur propre santé.

Peter Christen<sup>a</sup>, Esther Kraft<sup>b</sup>

<sup>a</sup> Spécialiste en médecine générale, direction du programme ReMed; <sup>b</sup> Responsable du département DDQ de la FMH

**A**u cours des 12 dernières années, l'équipe de ReMed a conseillé, accompagné et soutenu près de 1500 médecins, et compte bien continuer: la santé des médecins demeure un thème central. Plus de 250 demandes de conseil ont été reçues en 2022 par le réseau. Par rapport à l'année précédente, cela correspond à une augmentation des prises de contact de 33%; les services sont ainsi plus sollicités que jamais. Comme dans les dernières années, la problématique «charge professionnelle» était la raison la plus fréquemment citée pour la prise de contact, suivie de près par les problèmes «dépression», «burn-out» et «anxiété».

## Santé des médecins

Divers facteurs représentent un défi pour la santé des médecins en Suisse: de longues journées de travail, une responsabilité élevée, peu de possibilités de compensation et un déséquilibre entre vie privée et vie professionnelle en font partie. Il est impératif et urgent que la santé des médecins fasse l'objet de plus de considération. En effet, la sécurité des soins et la qualité du traitement dépendent directement de l'état de santé des médecins traitants. C'est pourquoi la FMH s'engage dans ce domaine et construit, avec la charte sur la santé des médecins, une base argumentaire pour défendre la santé des médecins.

Avec la série de manifestations «Prevention for Doctors, des médecins en bonne santé:

des études à la retraite», la FMH thématise depuis 2016 la santé des médecins. En 2019, ces manifestations ont fait naître l'idée de créer une base commune destinée à préserver et promouvoir la santé de l'ensemble des médecins. Le groupe de travail<sup>1</sup> fondé a élaboré en 2020 et 2021 la «Charte sur la santé des médecins – 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. Les 14 messages clés et les consignes concernant la possibilité de signer la charte se trouvent sur le site Web de la FMH sous FMH->Thèmes->Santé publique->Santé des médecins (Lien: <https://www.fmh.ch/fr/themes/sante-publique/sante-des-medecins.cfm#i164994>).

## Offres et recours

La santé des médecins occupe une place centrale dans ReMed, avec une attention particulière sur les risques spécifiques à la profession et la prévention. Lors d'une consultation (initiale), ReMed entre en contact avec la consœur ou le confrère en quête de conseil dans un délai

<sup>1</sup> Avec la représentation de Jeunes médecins de famille suisses (JHaS), Médecins de famille et de l'enfance Suisse (mfe), la Société Suisse de Médecine du Travail (SSMT), l'Institut suisse pour la formation médicale postgraduée et continue (ISFM), Swiss Medical Students' Association (swimsa), l'Association suisse des médecins-assistants et chefs de clinique (ASMAC), les projets FMH «Coach my Career» et ReMed et les divisions Développement professionnel, Données, démographie et qualité (DDQ), Tarifs hospitaliers et Santé publique.

**Et soudain, vous aussi!  
Les crises touchent  
aussi les médecins.**

Acceptez de l'aide. Contactez ReMed.  
Assistance téléphonique 24 h sur 24  
0800 0 73633 remed@hin.ch  
0800 0 ReMed www.swiss-remed.ch

ReMed Réseau de soutien pour les médecins

de 72 heures, tente de comprendre la situation et élabore des solutions. ReMed peut être contacté via la hotline disponible en continu 0800-0REMED (0800-073633), par e-mail (remed[at]hin.ch) ou sur Internet (<https://remed.fmh.ch/>). Après toute prise de contact, une conseillère ou un conseiller se manifeste en principe dans les 72 heures. Lors de l'entretien avec les médecins sollicitant un conseil a lieu une analyse de la situation et les autres mesures sont définies et décidées d'un commun accord. Pour les éventuelles étapes à venir, ReMed met en relation avec des personnes qualifiées aptes à poursuivre l'accompagnement, faisant partie des offres disponibles dans la région.

Le soutien inclut:

- la joignabilité en continu;
- 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 de possibilité d'action;
- le rattachement à un réseau de soutien existant;
- la mise en relation avec une ou un spécialiste;
- le soutien, même avant la survenue d'une crise.

### Autres offres de ReMed

Outre le conseil initial, ReMed organise également des interventions destinées à l'échange d'expériences pour les confrères et confrères qui accompagnent les médecins en tant que patientes et patients. Cela permet de mettre en réseau et de rassembler les groupes de pairs qui élaborent ensemble des questions de cas relatives au mentorat, coaching, conseil et traitement ou encore d'autres aspects (juridique, concernant le droit des assurances, etc.). Il existe aussi l'option de groupes de coaching en ligne (groupes de coaching en ligne (fmh.ch) (Link: <https://remed.fmh.ch/weitere-angebote/coaching-gruppen.html>)). Des comptes rendus d'expérience – témoignages – sont régulièrement publiés par les médecins ayant eux-mêmes traversé des crises (comptes rendus d'expérience (fmh.ch) (lien: <https://remed.fmh.ch/fr/comptes-rendus-dexperience.html>)).

L'échange avec d'autres organisations est essentiel pour ReMed – d'une part pour adapter sa propre offre aux besoins des médecins, d'autre part pour recueillir les expériences et expertises. Pour cela, ReMed échange régulièrement avec l'Association suisse des médecins-assistants et chefs de clinique (ASMAC) et l'Institut suisse pour la formation médicale postgraduée et continue (ISFM).

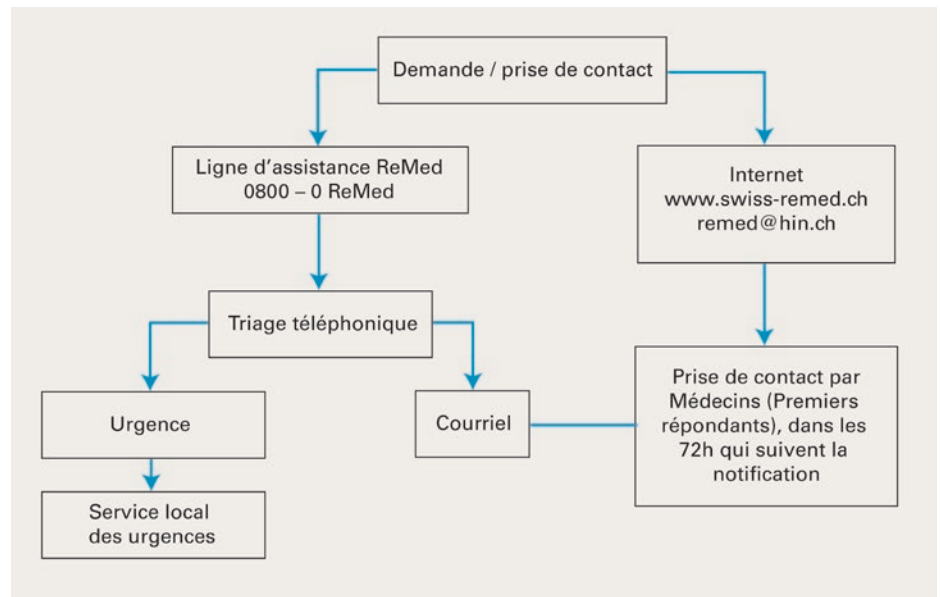


Figure 1: Schéma de déroulement lors de la prise de contact (source ReMed).

### Conséquences

Il importe à ReMed d'analyser son propre travail et d'en poursuivre le développement. Ainsi ont eu lieu en 2016 une évaluation externe et en 2021 une étude prospective de cas réels de consultation. Quatre-vingt-douze pourcents ont trouvé le temps de réaction (très) bon, 98% ont estimé les possibilités de prise de contact comme (très) bonnes. L'offre a (partiellement) aidé 95% des médecins en quête de conseil. Les résultats de l'étude prospective ont montré une image en tous points positive avec une évaluation (très) bonne de la qualité structurelle à 97%. La qualité du processus a atteint 90% et la qualité du résultat 82%. L'étude a toutefois également mis en évidence un potentiel de développement, notamment dans la structuration des entretiens, la visibilité de l'offre ou du site

Web ainsi que l'accompagnement structuré en cas d'éventuel traitement de suivi.

### Correspondance

Peter Christen,  
Esther Kraft  
Programmleitung Redmed  
ReMed  
Postfach  
CH-3000 Bern 16  
[info\[at\]swiss-remed.ch](mailto:info[at]swiss-remed.ch)

## Conditions cadres

Après le succès d'un programme pilote, le réseau national de soutien ReMed a vu le jour en 2010. ReMed est financé par l'association des médecins suisses FMH. La mise en œuvre opérationnelle se déroule en dehors des structures de la FMH. L'offre est basée sur la confidentialité et la responsabilité individuelle de chaque médecin. ReMed n'intervient que si les médecins en quête de conseil y consentent explicitement. Dès la prise de contact au sein de ReMed, ceux-ci disposent des mêmes droits que les autres patientes et patients: le secret médical est appliqué et le respect des dispositions sur la protection des données est toujours garanti. ReMed n'est pas un organe de surveillance, n'a pas de compétences d'investigation ni de sanction, et base ses procédures sur les prescriptions légales en vigueur et sur le Code de déontologie de la FMH.

Même si ReMed est financé par la FMH, l'organisation professionnelle ne bénéficie d'aucun droit de regard sur les dossiers des personnes et de suivi. ReMed est tenu au secret médical, les tâches médicales et administratives sont clairement séparées.

## ReMed est là pour vous

Vous – ou une personne de votre entourage – avez besoin d'une aide professionnelle? Adressez-vous à ReMed: le réseau de soutien des médecins respecte le secret médical et vous conseille avec compétence. ReMed peut également vous fournir des solutions en cas d'autres crises professionnelles et personnelles. Cette offre est aussi valable pour les personnes issues de l'entourage de médecins, 24 heures sur 24. Les médecins conseillers vous contactent dans les 72 heures: [mailto:remed\[at\]hin.ch](mailto:remed[at]hin.ch) / 0800 0 73633.