

UNIL, Faculté de biologie et de médecine, 3e année de médecine

Module B3.6 – Immersion communautaire 2022-2023

Abstract - Groupe n°34

Impacts sur la santé mentale de la transition entre les études de médecine et le début de la vie professionnelle

Mathilde Châtillon, Flore Javet, Morgane Straub, Eloise Sychold et Léa Volpe

Introduction

La transition entre les études de médecine et l'assistantat peut être brutale, ce qui impacte la santé mentale des médecins assistants (MA). Ces derniers présentent un taux élevé de décrochage, d'addictions ou de troubles psychiques ainsi qu'un taux de suicide plus élevé que dans la population générale.¹ En effet, près des trois quarts d'entre eux ont déjà envisagé-d'abandonner leur métier². Les MA passent 70 % de leur temps à faire des tâches annexes. Pour chaque heure passée auprès d'un patient, ils doivent effectuer 5 heures de travail administratif.^{3,4} A cause de cette surcharge, il est difficile pour les MA de trouver du temps pour participer à des formations additionnelles et de maintenir un équilibre entre vie professionnelle et vie privée.^{1,5} Il semble donc évident qu'une bonne préparation des étudiants à cette transition dans la vie professionnelle est nécessaire « pour qu'ils puissent aborder la profession plus sereinement et éviter ainsi qu'ils ne la quittent de manière prématurée »¹. C'est dans ce contexte que nous avons souhaité analyser la situation des MA en Suisse. Notre question de recherche : Transition de la vie estudiantine à la vie professionnelle : quelles sont les stratégies mises en place pour soutenir la santé mentale des jeunes médecins ?

Méthodologie

Les objectifs sont de décrire comment la santé mentale des jeunes médecins est abordée dans le milieu médical et d'identifier les stratégies mises en place pour les soutenir. Pour ce faire, une approche qualitative basée sur des entretiens individuels semi-structurés a été utilisée en s'appuyant sur une revue de littérature. Sur une vingtaine de demandes d'entretien, treize ont été conduits auprès de différents professionnels de la santé : les ressources humaines du CHUV ; des médecins cadres ; des sociologues de la santé ; la faculté de biologie et médecine (FBM) ; la direction générale de la santé de l'état de Vaud (DGS) ; le réseau ReMed (Réseau de soutien pour médecins) ainsi que l'association ASMAV (Association suisse des médecins assistant.e.s et des chef.fe.s de clinique Section Vaud). Par la suite, les thématiques les plus abordées ont été analysées et synthétisées afin de faire ressortir les points les plus pertinents.

Résultats

La santé mentale des MA est perçue comme mauvaise : ils sont stressés, épuisés et frustrés par un travail qui ne correspond pas à leurs attentes.

Dans le cadre des entretiens, nous avons présenté aux intervenant.e.s une vignette clinique sous forme d'extrait vidéo provenant d'un reportage de mise au point⁶ dans lequel une interne en chirurgie, ayant souffert d'un burn out, témoigne de son parcours et de sa reconversion professionnelle. Nous avons observé deux types de réactions à cette vidéo : son départ perçu comme un gâchis économique et la correspondance de son discours avec la réalité des MA.

La santé mentale des MA évolue au cours de l'assistantat et au cours des époques. Certains intervenant.e.s ont expliqué que les MA passent par des phases différentes. Le début de la formation est souvent difficile à cause du stress des nouvelles responsabilités, de la pression du système et des exigences de la hiérarchie qui induisent un environnement de travail oppressant. Après un certain temps, les repères s'installent. Quelques années plus tard, c'est le sentiment d'être « phagocytés par le système » (Intervenant.e 2) qui contribue à péjorer leur état mental, et ce malgré le fait que la parole autour du sujet soit plus libérée qu'autrefois. La pratique médicale a changé avec l'évolution du système de santé et des lois. Cela a mené à un fonctionnement de l'hôpital tourné sur le profit et à un travail administratif demandant énormément de temps aux MA, induisant une perte de sens à exercer la profession. De plus, le prestige social et la sécurité financière, professionnelle et juridique diminués rendent les sacrifices personnels plus

difficiles à accepter. Un manque de reconnaissance accompagné d'une demande en soins accrue de la part de la population participe à la frustration des MA.

Les participant.e.s ont partagé différentes interventions déjà mises en place, telles que le parrainage, les groupes de discussion et de mentoring afin d'identifier les MA les plus en difficulté et de prendre des mesures d'allègement à leur égard. De plus, certains services ont engagé des secrétaires spécialisé.e.s dans les tâches médico-administratives. Aussi, il existe depuis 2015 une loi qui limite la semaine de travail à cinquante heures et une plateforme de soutien ReMed. Finalement, l'initiative « PROFILES » est instaurée au niveau prégradué afin d'accompagner la transition entre les études et l'assistantat.

De nouvelles stratégies ont été proposées par les participant.e.s : augmenter la littératie en santé de la population, tenir la première ligne de soins par des médecins plus expérimentés que les MA, engager plus de personnel soignant afin d'alléger leurs horaires et un accompagnement plus humain des MA par les supérieurs.

Discussion

Les entretiens ont permis de confirmer, comme souligné dans la littérature^{1,2,3}, que l'état mental des MA est alarmant. Nous avons relevé les stratégies existantes et celles qui semblent primordiales à instaurer.

Cependant nous avons constaté que leur mise en place et leur utilisation sont limitées par des facteurs tels qu'un manque de temps, une peur de la stigmatisation due à des défauts de confidentialité et des ressources économiques restreintes et/ou mal réparties. En effet, comme un.e intervenant.e l'a très bien souligné, « si le système de santé était une banque, il serait sauvé en un week-end ». (Intervenant.e 5)

Pour une amélioration concrète de la situation, nous rejoignons l'avis de la majorité des intervenant.e.s sur la nécessité de changer les mentalités autour du bien-être psychique des médecins et d'adopter une culture au travail qui soit solidaire et bienveillante. Il faudrait à la fois repenser les bases mêmes du système de santé de manière à ce qu'il soutienne les conditions de travail des MA. De plus, il est fondamental de réhumaniser l'hôpital au lieu de poursuivre dans la voie de sa « managérialisation ». (Intervenant.e 3)

Nous pensons qu'une partie du problème pourrait être évitée en agissant en amont de l'assistantat, lors des études de médecine. Comme évoqué dans la littérature¹ et les entretiens, celles-ci ne semblent pas bien préparer à la clinique et au choc de la transition, et ce malgré les objectifs d'apprentissage de PROFILES. Nous pensons donc qu'il serait utile d'inclure plus de formation pratique et de préparation à la gestion des situations délicates dans le cursus ainsi qu'informer de manière transparente sur la réalité du métier.

Références

1. Rieser, R., Quinto, C. B. & Weil, B. La santé des autres dépend de la nôtre. *BULLETIN DES MÉDECINS SUISSES*.
2. BIENZ, Nora, « Les médecins au bord de la rupture », *Bulletin des médecins suisses*, 104, Mars 2023, disponible sur : <https://bullmed.ch/article/doi/bms.2023.21646> (consulté en juin 2023)
3. Zumbrunn, B. *et al.* The well-being of Swiss general internal medicine residents. *Swiss Med Wkly* **150**, w20255 (2020).
4. Wenger, N. *et al.* Allocation of Internal Medicine Resident Time in a Swiss Hospital: A Time and Motion Study of Day and Evening Shifts. *Ann Intern Med* **166**, 579 (2017).
5. Bourquin, C. *et al.* Running against the clock: a qualitative study of internal medicine residents' work experience. *Swiss Med Wkly* **152**, w30216 (2022).
6. *Le burn-out, ce mal qui gagne les médecins en formation de Suisse*. (Mumenthaler, Micaela. 2017. Mise au point RTS. Émission.)

Mots-clés

Interne, young doctors, residency, médecins assistants, dépression, burn-out, mental health, épuisement

Lausanne, le 30 juin 2023

Impact sur la santé mentale de la transition entre les études de médecine et le début de la vie professionnelle

Mathilde Châtillon, Flore Javet, Morgane Straub, Eloise Sychold, Léa Volpe

Introduction

La transition entre les études de médecine et l'assistantat peut être brutale, impactant la santé mentale des médecins assistants.

70% de leur temps est consacré aux tâches administratives¹

75% songent à abandonner²

86% n'ont pas un bon *work-life-balance*³

Ces chiffres alarmants incitent à creuser le sujet et à trouver des stratégies.

Méthodologie

Afin de décrire la santé mentale de notre population cible, à savoir les médecins assistants fraîchement diplômés, et d'identifier les stratégies déjà mises en place et celles qui pourraient le devenir, nous nous sommes appuyés sur :

- Une revue de littérature
- 13 entretiens individuels semi-structurés : ressources humaines du CHUV, médecins cadres, sociologues de la santé, FBM, DGS, réseau ReMed, association ASMAV

Discussion



Agir en **pré-grade** : mieux préparer à cette transition :

- Améliorer la formation pratique
- Informer sur la réalité du métier
- Apprendre à gérer les situations sensibles



Agir en **post-grade** : améliorer les conditions de travail au niveau du système de santé :

- Réhumaniser les objectifs hospitaliers
- Adopter une culture de travail solidaire et bienveillante
- Déléguer une partie des tâches administratives

Résultats des entretiens



Représentation de la santé mentale

Mauvaise due au stress, l'épuisement et la frustration



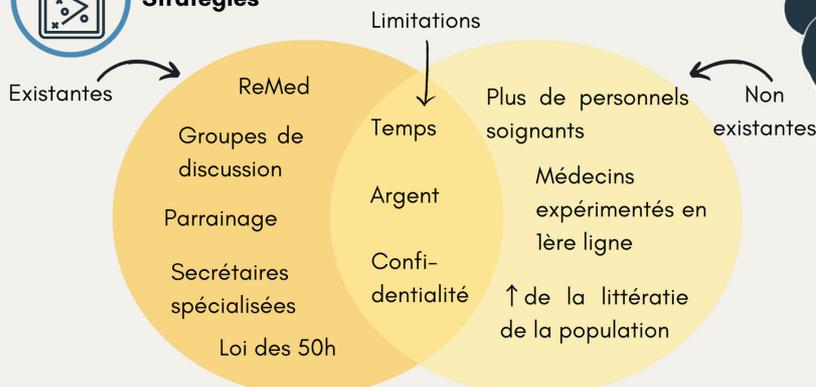
Evolution de la santé mentale

Au cours de l'assistantat : d'abord, stress lié aux responsabilités et à la pression, puis frustration due à la stagnation

Au cours des époques : loi des 50h, plus de liberté de parole, de pression liée au temps et de travail administratif,...



Stratégies



Références

1. Zumbund, B. et al. The well-being of Swiss general internal medicine residents. *Swiss Med Wkly* 150, w20255 (2020)
2. BIENZ, Nora, « Les médecins au bord de la rupture », *Bulletin des médecins suisses*, 104, Mars 2023
3. Rieser, R., Quinto, C. B. & Weil, B. La santé des autres dépend de la nôtre. *BULLETIN DES MÉDECINS SUISSES*, 2022

Remerciements : Un grand merci à tous nos intervenant.e.s pour leur disponibilité ainsi qu'à notre tutrice Nelly Courvoisier.

Contacts : mathilde.chatillon@unil.ch, flore.javet@unil.ch, morgane.straub@unil.ch, eloise.sychold@unil.ch, lea.volpe@unil.ch