

- L'épuisement professionnel touche particulièrement la profession médicale.
- Le Dr Deschietere, psychiatre à l'UCL, décrypte les causes de ce phénomène et avance des pistes de solution.
- Parmi celles-ci, la constitution d'équipes de médecins remplaçants.

Pourquoi le burn-out est si répandu chez les médecins

Entretien Laurent Gérard

Le Dr Gerald Deschietere est professeur de psychiatrie à l'UCLouvain et responsable des urgences psychiatriques aux cliniques universitaires Saint-Luc. Souvent sollicité par des confrères, il a acquis une certaine expertise sur le burn-out chez les médecins. Il y a peu, il a pris part à un débat sur le sujet organisé par le syndicat de médecins GBO. Selon lui, la médecine est une profession où le risque d'épuisement professionnel est particulièrement élevé. *La Libre* l'a rencontré.

Pourquoi le risque de burn-out est-il plus grand chez les médecins que dans d'autres professions ?

Cela dépend de plusieurs facteurs. D'abord, un organigramme imprécis. Dans le monde médical, on ne sait pas toujours qui est chef de qui. Pourtant, savoir à qui on rend des comptes, c'est important. Ensuite, il y a le fait que les soignants en général, mais peut-être encore plus les médecins, ont un sentiment d'irremplaçabilité. Ils disent : moi, je ne peux pas tomber malade, mes patients m'attendent, mon équipe m'attend, j'ai mon statut à défendre. C'est la fameuse blague de la différence entre Dieu et le médecin : Dieu, lui, ne s'est jamais pris pour un médecin. J'ai vu dans mon cabinet des médecins épuisés, incapables de formuler une phrase, et qui, quand je leur dis que je les mets au repos, me répondent : ah non, je suis de garde ce soir. Bien sûr, ce risque est majoré dans tous les métiers liés à la relation d'aide.

Y a-t-il plus de burn-out aujourd'hui que par le passé ?
Un médecin ne peut pas travailler aujourd'hui

comme il y a vingt ans. Le monde a changé. Il y a cet appareil (*il prend son smartphone*) qui est magique mais qui est un martyr si on n'y prend garde. Il y a aussi l'horizontalisation de la relation soignant-soigné, avec la loi sur les droits du patient, qui est une bonne chose, mais qui rend la gestion de la relation plus compliquée, alors qu'avant, le médecin décidait et le patient s'exécutait. Il y a plus de médecins en burn-out aujourd'hui, parce qu'il y a l'accélération du temps, parce qu'avant les médecins qui travaillaient 14 heures par jour étaient surtout des hommes et avaient une épouse à leurs côtés. Il y a la technicisation qui peut aussi faire perdre le sens de la pratique médicale. Il n'y a donc pas une cause unique. J'ai vu des médecins en burn-out parce qu'ils sont en conflit avec leur hiérarchie ; parce qu'ils ont été bombardés chefs sans avoir de compétences de management et sans avoir le temps de se former ; parce qu'ils travaillent trop ; parce qu'ils ont vécu des situations traumatisantes (des fautes ou des erreurs médicales) qu'on n'a pas pris le temps de debriefer ; ou parce qu'ils se sentent laminés par un procès ou une plainte.

En France, un médecin sur deux est en burn-out, titrait *Le Figaro* en janvier. C'est énorme !

C'est énorme. Et ce n'est pas comme si ces personnes faisaient un métier sans responsabilité. Elle est immense. Ces personnes épuisées sont confrontées à la vie, à la mort, à des enjeux graves d'humanité. On

peut se demander comment ils gèrent leur mal-être tout en s'occupant d'autrui.

Quel est l'impact de leur mal-être sur le patient ?

Certains affirment que les éventuelles erreurs ou fautes médicales sont liées à cette surcharge de travail. Mais c'est un problème complexe. Il y a des enjeux de rentabilité, la facturation à l'acte qui fait que même les actes dénués de sens doivent être produits.

A-t-on des données chiffrées sur le burn-out des médecins en Belgique ?

Non, il n'y a pas d'études quantitatives, sauf chez les médecins en formation, après le tronc commun de médecine, où l'on voit que 30% ont envisagé d'arrêter leur formation parce que la charge de travail était trop lourde. 30%, ce n'est pas rien !

Le burn-out touche-t-il davantage certaines catégories de médecins ?

Il y a une sensibilité plus importante chez les médecins plus jeunes. Mais c'est vrai pour toutes les professions. Notamment parce qu'ils manquent d'expérience pour gérer ces différents stress générés par les portables, les mails, etc. Probablement aussi parce que les plus expérimentés maîtrisent moins bien les nouvelles technologies et en sont protégés, même si cela peut être un facteur d'arrêt de pratique. Peut-être aussi parce que les anciens ont vécu dans un système qui les mettait moins à mal et ont eu le temps de se forger une carapace. Il y a aussi la crainte de ne plus

“Les médecins ont un sentiment d'irremplaçabilité. Ils disent : moi, je ne peux pas tomber malade, mes patients m'attendent, mon équipe m'attend.”