

Santé des médecins : état des connaissances et approches préventives

Sandra Roman, MD

Médecin-conseil

Programme d'aide aux médecins du Québec

Mercredi 20 septembre 2017

Pôle Santé HEC Montréal

Objectifs

- Discuter des données de littérature sur la santé des médecins
- Décrire les impacts de l'épuisement professionnel chez les médecins
- Définir des pistes de solution pour prévenir l'épuisement et promouvoir l'engagement professionnel

Santé physique

- Par rapport à la population générale, les médecins :
 - ont une espérance de vie plus longue
 - ont de meilleures habitudes de vie
 - ont des taux similaires de maladies chroniques
 - consultent moins pour leur propre santé

Aasland 2011, Frank 2009 , Kay 2004, Kay 2008

Santé mentale

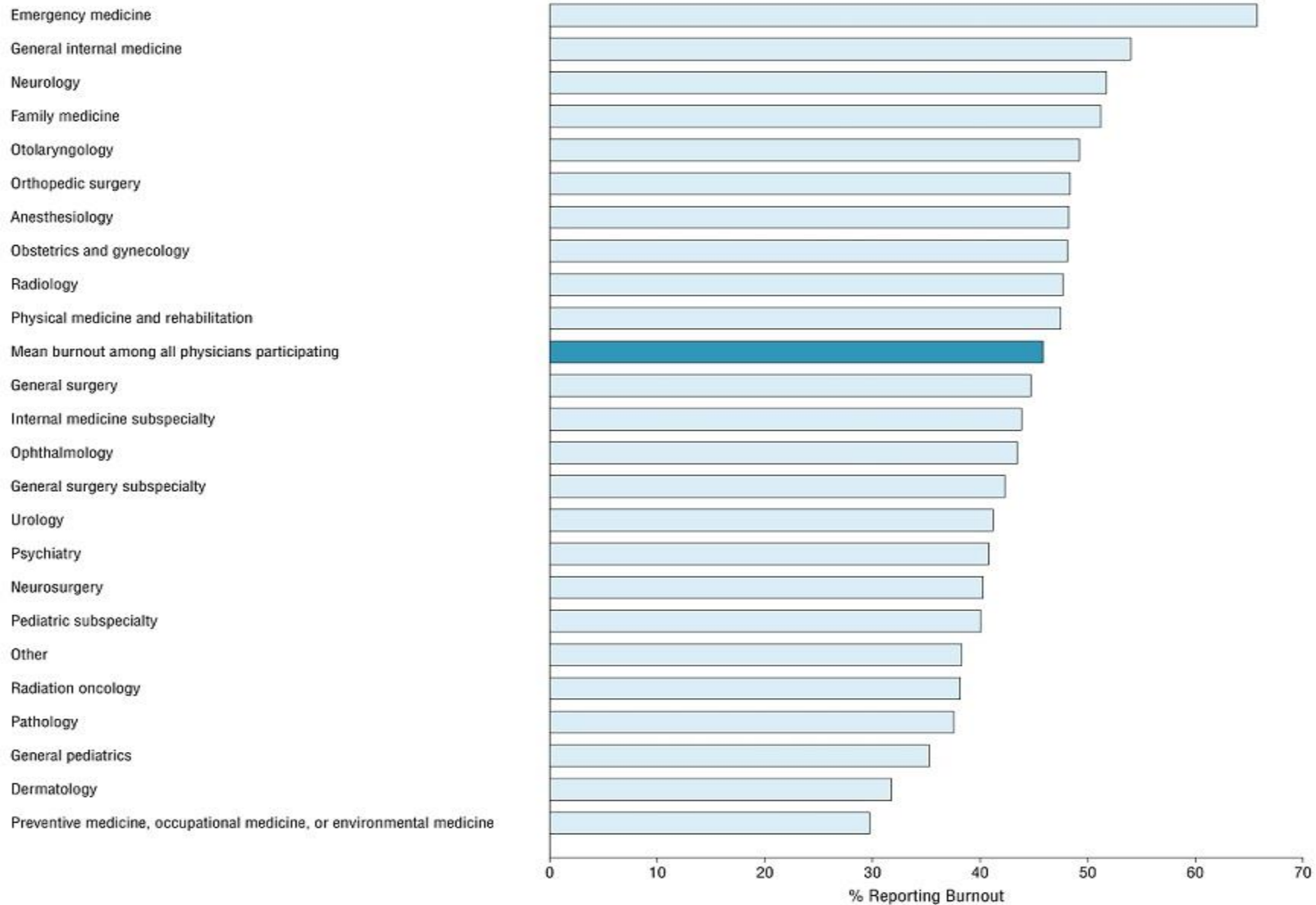
- Par rapport à la population générale, les médecins :
 - ont des taux similaires de dépression et d'anxiété
 - ont des taux similaires (ou légèrement supérieurs) d'abus d'alcool et autres substances
 - Étude récente : **12,9 %** hommes et **21,4 %** femmes critères diagnostiques d'abus ou dépendance
 - Différentes substances et pronostics
 - ont des taux plus élevés de suicide

Center 2003, Oreskovich 2012, Oreskovich 2015, Shernhammer 2004

Burnout and satisfaction with work-life balance among U.S. physicians relative to the general U.S. population

- Médecins 29-65 ans **vs** une population comparable de travailleurs
 - Épuisement professionnel : **37,5 % vs 27,6%**
 - Insatisfaction équilibre travail-vie personnelle : **40,1 % vs 23,1 %**
 - Les individus ayant un diplôme universitaire (*autre qu'un MD*) moins à risque d'épuisement professionnel

Shanafelt, T. D.. *Arch Intern Med* 2012



Changes in burnout and satisfaction with work-life balance in physicians and the general U.S. working population between 2011 and 2014

Médecins 29-65 ans 2011

- Épuisement professionnel : **37,5 %**
- Insatisfaction équilibre travail-vie personnelle : **40,1%**

Médecins 29-65 ans 2014

- Épuisement professionnel : **48,8 %**
- Insatisfaction équilibre travail-vie personnelle : **49,3 %**

Shanafelt, T. D.. *Mayo Clinic Proc.*
December 2015; 90 (12); 1600-1613

Épuisement ou dépression?



Coût de l'épuisement professionnel

Sur la santé des individus

- Santé des individus
 - Symptômes divers : digestifs, migraines, HTA, etc.
 - Conflits familiaux
 - Problèmes de santé mentale incluant dépression, abus de substances, idéations suicidaires

Sur la pratique professionnelle

- Diminution de la productivité
 - Absentéisme
 - Roulement de personnel
 - Retraites prématurées
 - Diminution des heures de travail

Impacts sur la qualité des soins

- L'épuisement professionnel est associé à
 - un risque accru d'erreurs médicales
 - des problèmes de professionnalisme
 - de l'insatisfaction chez les patients
 - une moins grande observance aux traitements



"Your pulse is very, very weak !"

À l'origine de l'épuisement

- Les 6 déterminants de l'épuisement
 - Surcharge de travail
 - Perception de manque de contrôle
 - Manque de reconnaissance
 - Effritement du sens de la communauté
 - Sentiment d'injustice
 - Incongruence des valeurs

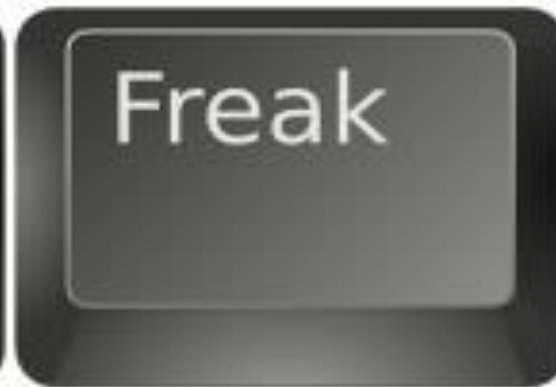
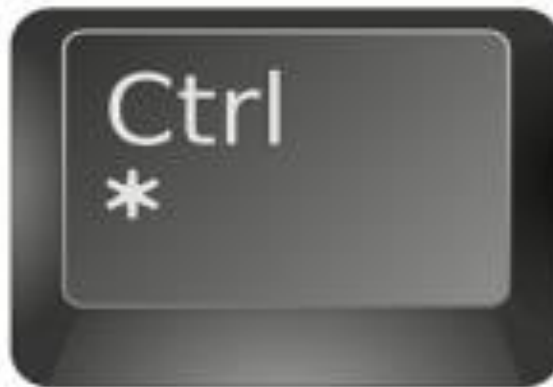
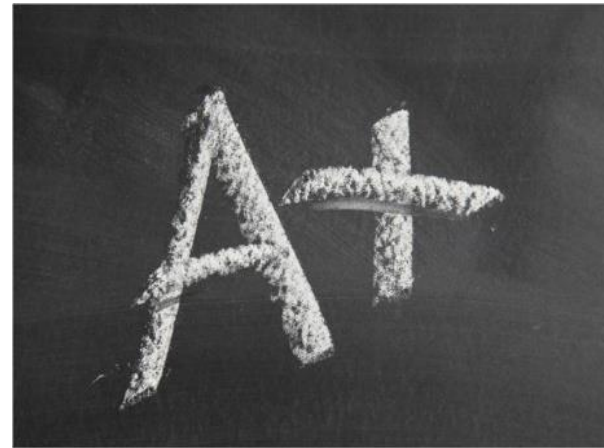
Maslach C, Leiter M *The Truth about Burnout*, 2008

La médecine à l'heure des DME

- Perte de la qualité de la relation médecin-patient
- Heures supplémentaires
- Insatisfactions liées à l'implantation ou à des systèmes mal adaptés



Y a-t-il des individus plus à risque?



L'envers de la médaille



- La triade compulsive
 - Doute de soi
 - Culpabilité
 - Sens excessif des responsabilités

Gabbard G, Myers M *The Physician as patient: Clinical Handbook for Medical Health Professionals* . AMA Publishing 2008

Le rôle de la culture médicale



Le « curriculum caché »



Stratégies individuelles

Prendre soin de soi (Self-care)

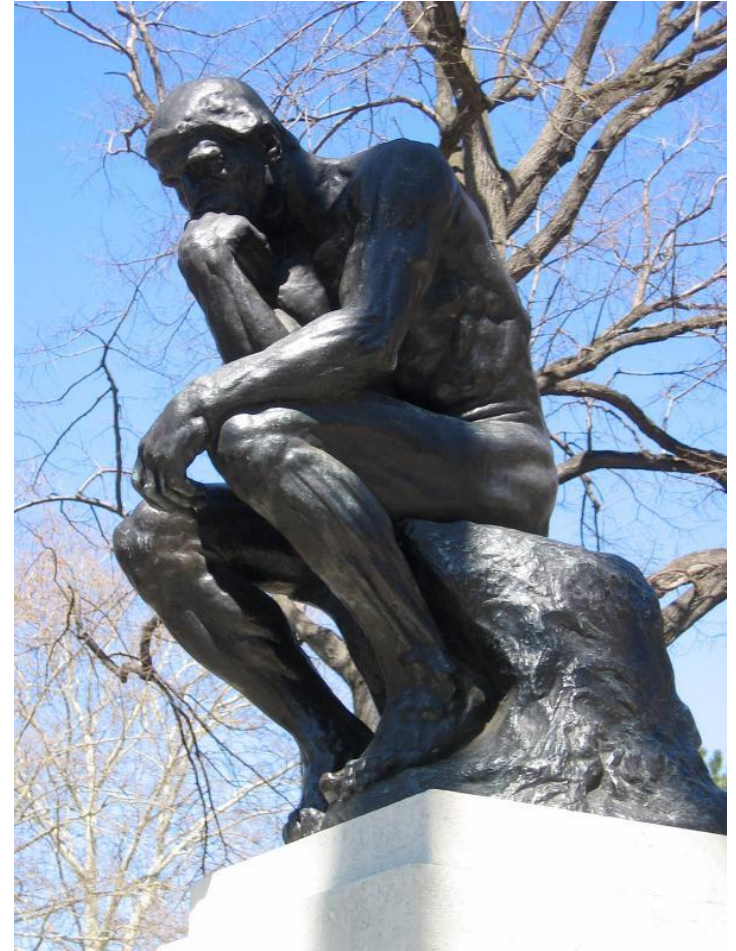
- Activité physique, repos et sommeil en quantité suffisante
- Nourrir son réseau de soutien
- Ne pas abandonner ses intérêts à l'extérieur du travail
- Prioriser sa propre santé

Conscience de soi (Self-awareness)

- Reconnaître sa propre vulnérabilité au stress
- Être à l'affût de ses signaux d'alarme
- Établir de saines limites entre le travail et... tout le reste

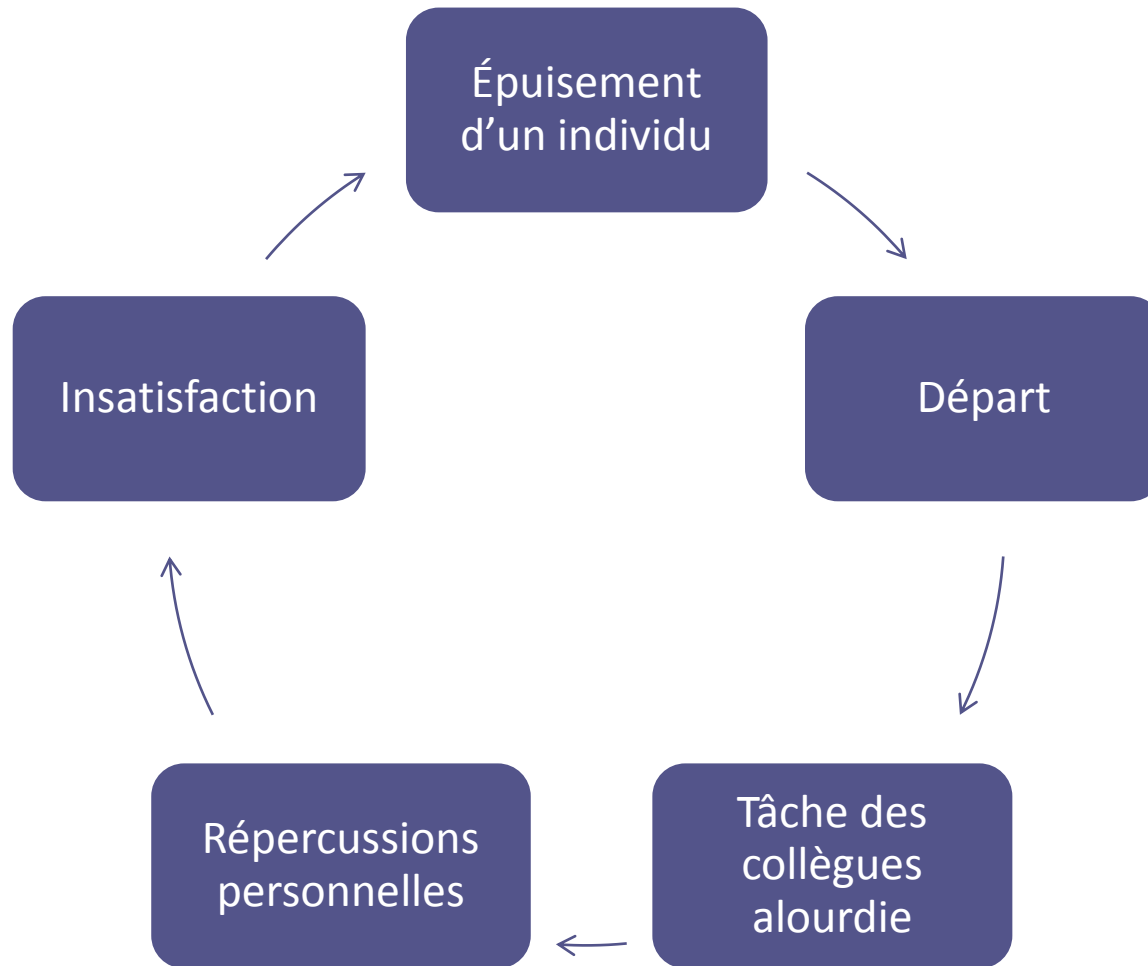
Stratégies individuelles

- S'arrêter et réfléchir
 - Définir ses valeurs professionnelles et ses priorités
 - Consacrer au moins 20 % de son temps à des activités dans lesquelles on se sent *investi*



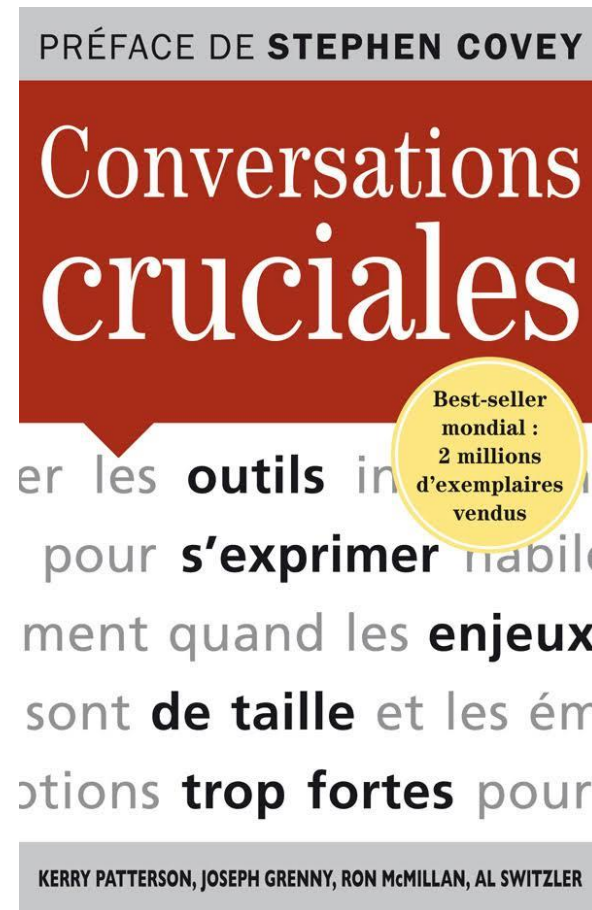
Epstein Acad Med 2013, Shanafelt J Clin Oncol 2012

De l'individu à l'équipe



Stratégies d'équipe

Apprendre à mieux
communiquer



Impact of organizational leadership on physician burnout and satisfaction

« Il existe une forte corrélation entre l'épuisement professionnel, la satisfaction professionnelle et les qualités de leadership du superviseur immédiat. »



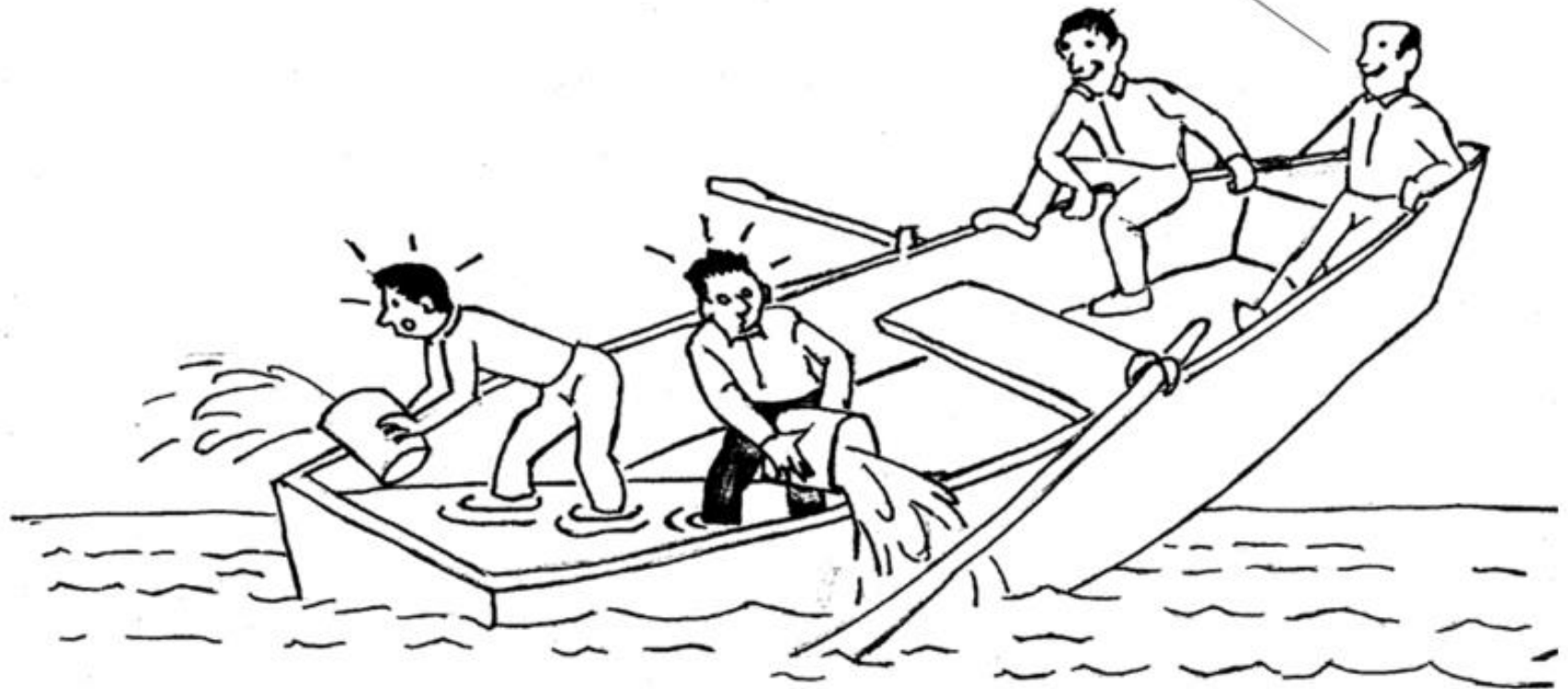
Shanafelt T.D. et al. *Mayo Clinic.Proc.*2015

Items evaluating physician opinion of the leadership qualities of their immediate physician supervisor

To what extent do you agree or disagree with each of the following statements about (name of immediate supervisor)?

- Holds career development conversations with me
 - Inspires me to do my best
 - Empowers me to do my job
 - Is interested in my opinion
 - Encourages employees to suggest ideas for improvement
 - Treats me with respect and dignity
 - Provides helpful feedback and coaching on my performance
 - Keeps me informed about changes taking place at Mayo Clinic
 - Recognizes me for a job well done
 - Encourages me to develop my talents and skills
-
- I would recommend working for ...
 - Overall, how satisfied are you with...

Sure glad the hole isn't at our end.



Intervention to promote physician well-being, job satisfaction and professionalism - A randomized clinical trial

- Groupe Contrôle
 - 1 h aux 2 semaines (temps libre)
- Groupe Intervention
 - Rencontres structurées
 - 1 h aux 2 semaines
 - Approche réflexive par petits groupes (8 à 10 mds)
 - Thèmes centrés sur la pratique (erreurs médicales, patients difficiles, équilibre personnel et professionnel, etc.)

West C.P. JAMA Intern Med 2014

Intervention to promote physician well-being, job satisfaction and professionalism - A randomized clinical trial



- Groupe Intervention :
 - Amélioration des scores de sens du travail et d'engagement au travail
 - Diminution des scores de cynisme
 - Persistance 12 mois post intervention

West C.P. JAMA Intern Med 2014

Interventions organisationnelles

- Objectifs
 - Agir sur les déterminants du burnout et augmenter la résilience des individus
- Principes fondamentaux
 - Répondre aux besoins psychologiques des médecins
 - Choix (contrôle) - Collégialité - Excellence
 - Développer de meilleures relations mds-organisation
 - Soutenir le leadership médical
- Exemples
 - « Listen-Act-Develop » Mayo
 - Healthy workplace Study (Linzer et al)

Swensen et al, *Journal of Healthcare Management*, April 2016

Linzer M et al . *Jgen Intern Med* 2015

Le modèle de Mayo Clinic

-  Acknowledge and assess the problem
-  Harness the power of leadership
-  Develop and implement targeted work unit interventions^a
-  Cultivate community at work
-  Use rewards and incentives wisely
-  Align values and strengthen culture
-  Promote flexibility and work-life integration
-  Provide resources to promote resilience and self-care
-  Facilitate and fund organizational science

Shanafelt et al. *Executive Leadership and Physician Well-being: Nine Organizational Strategies to Promote Engagement and Reduce Burnout*. Mayo Clin.Proc.

Controlled interventions to reduce burnout in physicians: a systematic review and meta-analysis

« Organization-directed interventions were associated with higher treatment effects compared with physician-directed interventions »

Panagioti M et al *JAMA Intern Med.* 2016

Le pôle positif du continuum : l'engagement professionnel



- Déterminants de l'engagement
 - Charge de travail raisonnable
 - Perception de choix et contrôle
 - Reconnaissance
 - Soutien la communauté
 - Justice organisationnelle
 - Congruence des valeurs



Combien faut-il
d'individus pour
changer la culture
au sein d'une
organisation?



PROGRAMME
D'AIDE
AUX MÉDECINS
DU QUÉBEC

WWW.PAMQ.ORG

**LE PAMQ : POUR
LE MÉDECIN...
ET POUR L'HUMAIN
DERRIÈRE LE
MÉDECIN**

*Un organisme autonome
et indépendant
créé par des médecins,
pour les médecins*

CONFIDENTIALITÉ ASSURÉE

514 397-0888

1 800 387-4166

www.pamq.org



PROGRAMME
D'AIDE
AUX MÉDECINS
DU QUÉBEC

Bibliographie

- Aasland, O.G. et al. *Mortality among Norwegian doctors 1960-2000*. BMC Public Health, 2011
- Frank, E., C. Segura, *Health practices of Canadian physicians*. Canadian Family Physician, 2009
- Kay, M.P. et al., *Doctors do not adequately look after their own physical health*. Med J Aust, 2004
- Elliot, L., J. Tan, S. Norris, *The Mental Health of Doctors : A Systematic Literature Review*, August 2010
- Center, C. et al. *Confronting depression and suicide in physicians; a consensus statement*. JAMA 2003
- Maslach, C. et al., *Job Burnout*. Annual Review of Psychology, 2001
- Oreskovich, MR et al. Prevalence of alcohol use disorders among American surgeons. Arch Surg 2012
- Oreskovich, MR et al. The prevalence of substance use disorders in American physicians . Am J Addict 2015
- Lefebvre, LG et al. *The identification and management of substance use disorders in anesthesiologists* Can J Anesth. 2017
- Shernhammer, D.S et al. Suicide rates among physicians : a quantitative and gender assessment (meta analysis) Am J Psychiatry 2004
- Shanafelt, T. D., S. Boone, L. Tan et al. *Burnout and Satisfaction With Work-Life Balance Among US Physicians Relative to the General US Population*. Archives of Internal Medicine, 2012
- Shanafelt, T.D., *Changes in Burnout and Satisfaction With Work-Life Balance in Physicians and the General US Working Population Between 2011 and 2014*. Mayo Clin Proc, 2015

Bibliographie

- Maslach C, Leiter MP *Early Predictors of Job Burnout and Engagement* Journal of Applied Psychology 2008
- Shanafelt, T.D. et al, *Longitudinal Study Evaluating the Association Between Physician Burnout and Changes in Professional Work Effort.* Mayo Clin Proc 2016
- Shanafelt, T.D. et al., *Burnout and self-reported patient care in an internal medicine residency program.* Ann Intern Med, 2002
- Dyrbye, L.N. et al., *Relationship between burnout and professional conduct and attitudes among US medical students.* JAMA, 2010
- Williams, E.S. et al. *The relationship of organizational culture, stress, satisfaction, and burnout with physician reported error and suboptimal patient care: results from the MEMO Study.* Health Care Manage Rev, 2007
- Maslach, C. *New insights into burnout and health care: Strategies for improving civility and alleviating burnout* Medical Teacher, Dec 2016
- Dewa, C.S. *How does burnout affect physician productivity? A systematic literature review.* BMC Health Services Research 2014
- Gabbard, G., M. Myers, *The Physician as patient: a clinical handbook for medical health professionals.* AMA Publishing, 2008
- Epstein, R.M. *Physician Resilience: what it means, why it matters, and how to promote it.* Acad Med 2013

Bibliographie

- Shanafelt et al. *Relationship Between Clerical Burden and Characteristics of the Electronic Environment With Physician Burnout and Professional Satisfaction*, Mayo Clin Proc. 2016
- Sinsky C et al. *Allocation of Physician Time in Ambulatory Practice: A Time and Motion Study in 4 Specialties* Annals of Internal Medicine, 2016
- Shanafelt, T.D., *Impact of Organizational Leadership on Physician Burnout and Satisfaction*. Mayo Proc., 2015
- West, C. P., *Intervention to Promote Physician Well-being, Job Satisfaction, and Professionalism. A randomized Clinical Trial*, JAMA Intern Med, 2014
- Linzer, M., *A Cluster Randomized Trial of Interventions to Improve Work Conditions and Clinician Burnout in Primary Care: Results from the Healthy Work Place (HWP) Study* J Gen Intern Med, 2015
- Dewa, C.S. et al., *An estimate of the cost of burnout on early retirement and reduction in clinical hours of practicing physicians in Canada*. BMC Health Services Research, 2014
- Krasner, M.S., R.M. Epstein and H.B. Beckman, *Association of an Educational Program in Mindful Communication With Burnout, Empathy, and Attitudes Among Primary Care Physicians*, JAMA, 2009
- West, C.P. et al. *Association of perceived medical errors with resident distress and empathy: a prospective longitudinal study*. JAMA, 2006
- Shanafelt, T.D. et al. *Career fit and Burnout Among Academic Faculty*. Arch Intern Med, 2009

Bibliographie

- Shanafelt, T.D. et al. *Career fit and Burnout Among Academic Faculty*. Arch Intern Med 2009
- Lemaire, J.B., J.E. Wallace *How physicians identify with predetermined personalities and links to perceived performance and wellness outcomes: a cross-sectional study*, BMC Health Services Research, 2014
- Swensen, S. et al *Physician-Organisation Collaboration Reduces Physician Burnout and Promotes Engagement: The Mayo Clinic Experience*. Journal of Healthcare Management , April 2016
- West, C.P. et al. *Interventions to Prevent and Reduce Physician Burnout: a Systematic Review and Meta-analysis*. The Lancet, Sept. 2016
- Shanafelt et al. *Executive Leadership and Physician Well-being: Nine Organizational Strategies to Promote Engagement and Reduce Burnout*, Mayo Clin Proc 2016
- Panagioti ,M. et al. *Controlled Interventions to reduce Burnout in Physicians: A systematic Review and Meta-analysis*, JAMA Intern. Med 2016
- Bakker, A.B. et al. Towards a model of work engagement Career Development International vol.13 No.3 2208 Pp. 209-223
- Harpaz , Itzhak and Snir, Raphael *Heavy Work Investment It's Nature, Sources, Outcomes, and Future Directions* 1 Edition, 2015
- Chaukos, D. et al *An Ounce of Prevention: A Public health Approach to Improving Physician Well-Being* Acad Psychiatriy 2017