



Décembre 2015

## À propos de moi

Je m'appelle Christina Nowik, je suis en quatrième année de résidence (R4) en obstétrique-gynécologie et je suis stagiaire du programme de recherche clinique à l'Université Queen's, en Ontario.

Originaire de North Vancouver, j'ai fait un baccalauréat ès sciences en biologie à l'Université Cornell avant de m'inscrire à la Faculté de médecine de Kingston. J'ai aussi une maîtrise en administration publique de l'Université Queen's.

## Pourquoi j'ai choisi l'obstétrique-gynécologie

J'aime la combinaison de la médecine et de la chirurgie. J'ai aussi eu comme modèles des gens merveilleux qui semblaient aimer vraiment leur travail. Quand j'ai assisté à une césarienne d'urgence pour la première fois, alors que j'étais étudiante en médecine, j'ai trouvé que c'était l'urgence la plus formidable qui soit!

## Vie clinique

### Quels types de stages cliniques sont requis dans votre programme?

Les stages en travail et accouchement, cliniques ambulatoires, gynécologie générale, oncologie gynécologique, médecine fœto-maternelle, endocrinologie reproductrice et infertilité, urogynécologie et obstétrique-gynécologie communautaire sont obligatoires.

Les stages hors programme comprennent entre autres des stages en anesthésie, en chirurgie générale, en unité de soins intensifs néonataux (USIN), en médecine d'urgence et en médecine interne.

### Quelles caractéristiques de votre personnalité ont été particulièrement utiles dans votre domaine?

Être travaillante, extravertie et capable de mener de front plusieurs tâches m'a beaucoup aidée. C'est aussi une bonne chose que je sois une personne matinale!



*J'aime la combinaison de la médecine et de la chirurgie. J'ai aussi eu comme modèles des gens merveilleux qui semblaient aimer vraiment leur travail. Quand j'ai assisté à une césarienne d'urgence pour la première fois, alors que j'étais étudiante en médecine, j'ai trouvé que c'était l'urgence la plus formidable qui soit! »*

### Quels sont les meilleurs aspects de votre résidence?

J'ai des collègues extraordinaires et le travail est à la fois imprévisible et excitant.

## En quoi consiste une journée typique de tâches cliniques?

Il n'y a pas de journée « typique » en résidence, mais voici l'horaire d'une de mes semaines de stage en oncologie gynécologique :

Obstétrique-gynécologie (stage en oncologie gynécologique) – Aperçu de l'horaire hebdomadaire							
	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
06:00	Relève de garde			Tournée (6 h)			Relève de garde
		Tournée (6 h 30)	Tournée (6 h 30)			Tournée (6 h 45)	
07:00					Tournée (7 h 15)		
08:00	Tournée	Salle d'opération	Conférence en pathologie	Salle d'opération	Salle d'opération	Clinique de gynécologie	Tournée
09:00			Clinique du cancer				
10:00							
11:00							
12:00	Relève de garde						Relève de garde
13:00						Tournée / rattrapage	
14:00							
15:00							
16:00		Tournée		Tournée	Tournée		
17:00			Tournée				
18:00						Relève de garde	
19:00							
20:00							
21:00							
22:00							
23:00							
00:00							

## Quels sont les plus grands défis de votre résidence?

Les personnalités de type A et les perfectionnistes sont nombreux en obstétrique-gynécologie, ce qui est formidable parce que la plupart des gens sont travaillants et dévoués. Cependant, cet environnement nous expose à un plus grand risque d'épuisement professionnel.

## Quelle question vous pose-t-on le plus souvent au sujet de votre résidence?

On me demande souvent : « Comment est le marché de l'emploi? » Je ne suis pas vraiment au courant, mais nos diplômés qui sont prêts à travailler à l'extérieur de la région métropolitaine de Toronto semblent bien se débrouiller.

## Pouvez-vous décrire votre transition de l'externat à la résidence?

Il a été extrêmement stressant d'assumer cette responsabilité et de devoir agir avec autorité quand je ne savais pas vraiment ce que je faisais. J'étais à l'USIN au début, et j'ai passé les premières journées à m'assurer d'avoir une approche permettant d'anticiper les situations d'urgence pouvant survenir en période de garde (comme la septicémie néonatale).

## Quels sont vos plans de pratique futurs?

Je prévois faire un *fellowship* en médecine fœto-maternelle.

## Comment sont vos collègues résidents, et comment interagissez-vous?

Nous sommes un groupe d'une collégialité exceptionnelle. Nous sortons en groupe pour prendre un verre, organisons une soirée annuelle de préparation de biscuits et de gâteaux du temps des fêtes et nous épaulons généralement très bien les uns les autres.

## Activités non cliniques

### Quels sont vos intérêts autres que cliniques (activités de leadership ou de recherche, par exemple)?

J'ai obtenu une bourse de la Fondation Physician Services Incorporated (PSI) de l'Ontario pour étudier l'efficacité des services de counselling post-partum au sujet des risques de maladies cardiovasculaires chez les femmes jugées à risque plus élevé, d'après leurs résultats obstétricaux.

Je préside l'équipe de résilience de Médecins résidents du Canada et je suis aussi présidente sortante de l'organisation. C'est pourquoi je ne siégerai pas au conseil d'administration de MRC l'an prochain. J'espère toutefois continuer à contribuer à l'avancement de cette excellente initiative.

### Décrivez votre équilibre entre le travail et la vie personnelle? Comment y arrivez-vous?

J'ai un conjoint qui m'a toujours bien soutenue et j'habite près de l'hôpital afin de profiter le plus possible du temps où je ne suis pas au travail. Je n'ai certainement pas autant d'activités hors travail que je voudrais. Il y a longtemps que je n'ai pas réussi à terminer un roman et je ne vois pas mes amis aussi souvent que je le souhaiterais. J'arrive tout de même à trouver du temps pour faire de l'exercice (avec mon conjoint qui est mon partenaire de squash, de gym et de vélo!) et j'aime cuisiner les fins de semaine. Le sommeil est pour moi une priorité. J'ai embauché quelqu'un qui s'occupe de faire le ménage de mon condo, alors je ne consacre presque pas de mon précieux temps libre à faire le ménage. Ça le vaut amplement! J'arrive aussi de plus en plus à dire « non » aux nouveaux engagements.



## Pour de plus amples renseignements :

Le site web de l'Association médicale canadienne présente les profils de plus de 35 spécialités médicales. Chacun contient des renseignements sur les exigences en matière de formation, les tendances démographiques au sein de la spécialité, les pratiques des spécialistes, le taux de satisfaction et plus. Disponibles (en anglais) en ligne à l'adresse <https://www.cma.ca/fr/Pages/specialty-profiles.aspx>.

Guide des résidences (Fédération médicale étudiante du Québec), disponible ici : <http://www.fmeq.ca/nouvelles-et-communiques/guide-des-residences/>

Canadian Medical Residency Guide (en anglais), disponible ici :

<http://medicine.dal.ca/content/dam/dalhousie/pdf/faculty/medicine/departments/core-units/student-affairs/RBC-2011-Canadian-Medical-Residency-Guide.pdf>

*Avertissement : Ces profils de spécialité illustrent quelques facettes de la vie de certains résidents en particulier et présentent leurs perspectives personnelles sur les défis, les possibilités et les avantages de la spécialité qu'ils ont choisie. Ces points de vue ne sont pas nécessairement ceux de tous les résidents, puisqu'il existe une très grande diversité dans les modes de vie, les expériences et les intérêts chez les résidents de chaque spécialité.*