



Mars 2019

À propos de moi

Je m'appelle Lisa Y. Liang et je suis R3 en médecine du sport et de l'exercice à l'Université de Toronto (fin de formation, juin 2018). Ma ville natale c'est Flamborough, Ontario. J'ai obtenu mon baccalauréat en Sciences de la Santé (Hons) à McMaster, École de Médecine de l'Université de Toronto, Département de la Médecine familiale de l'Université McMaster.

Décrivez les raisons et le processus de choix de votre spécialité/sous-spécialité.

Tout au long de ma carrière personnelle et professionnelle, j'ai bâti ma propre force physique et résilience mentale pour surmonter les obstacles, et je voudrais aider les autres à faire de même à travers la médecine du sport et l'exercice.

À l'école de médecine, je me suis intéressée aux affections musculo-squelettiques et neurologiques, mais je voulais poursuivre une carrière en chirurgie. Le domaine de la médecine sportive me convient parce que je suis une apprenante pratique, et parfaitement adaptée à la nature physique de l'examen des articulations, des muscles et des nerfs, de l'interprétation de l'imagerie, et de l'application des compétences chirurgicales.

J'aime bâtir des relations à long terme avec les patients afin de les aider à maîtriser l'éducation de leur santé. J'aime promouvoir l'activité physique et l'alimentation saine en aidant les patients à développer des habitudes d'exercice et des options alimentaires saines dans leur vie quotidienne. Les patients qui ont une bonne compréhension de leurs malaises sont plus susceptibles de participer au travail de réalisation de leurs objectifs. C'est l'une des raisons pour laquelle la Médecine du Sport et de l'Exercice m'intéresse énormément - plusieurs traitements exigent de l'engagement et la participation active des patients dans leur santé.

Vie clinique

Quels sont les types de rotations nécessaires dans votre programme ?

Les composantes de mon année académique sont : la médecine primaire du sport, l'orthopédie, la physiothérapie, la rhumatologie et la pédiatrie. Le travail est principalement clinique, avec aussi bien un certain OU temps. Je dois aussi faire de la médecine familiale pour une demi-journée tout au long de ma résidence. Nous avons droit à deux demi-journées par mois pour travailler sur notre projet de recherche.

Quelles sont vos caractéristiques de personnalité qui sont particulièrement utiles dans votre domaine?

Enthousiasme, ingéniosité, et travail d'équipe (sans vouloir faire de jeu de mot !).

Quels sont les meilleurs aspects de votre résidence ?

Quatre choses me viennent à l'esprit :

- 1) Traiter les patients de tous âges et niveaux d'activité, des enfants aux athlètes de haut niveau, guerriers de weekend et patients âgés.
- 2) Conseiller les patients sur comment faire de l'activité physique leur quotidien, ou rendre leurs programme d'exercice meilleur et plus efficaces.
- 3) Être capable de se limiter à un diagnostic à l'aide de l'historique, des manœuvres d'examen physique, et de la connaissance de la biomécanique.

- 4) Suivre les patients à partir de leur pathologie à leur rétablissement ou les aider à faire face à des blessures non guérissables.



Le domaine de la médecine sportive me convient parce que je suis une apprenante pratique, et parfaitement adaptée à la nature physique de l'examen des articulations, des muscles et des nerfs, l'interprétation de l'imagerie, et l'application des compétences chirurgicales.

En quoi consiste une semaine typique de tâches cliniques?

Aperçu de l'horaire hebdomadaire							
	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
06:00							
07:00			Séances toutes les deux semaines	Séances éducatives facultatives			
08:00			Clinique de médecine sportive MacIntosh	Clinique communautaire de la médecine sportive primaire	Occasion d'enseignement/travail sur les cours du Certificat d'Enseignement Clinique	Clinique de médecine sportive MacIntosh	
09:00		Spécialité Clinique – pourrait être de la Pédiatrie, Rhumatologie, ou Chirurgie orthopédique					
10:00							
11:00							
12:00							
13:00					Spécialité	Clinique de la médecine familiale	Couverture événementielle occasionnelle (événements universitaires, événements sportifs nationaux ou internationaux)
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00							
19:00							
20:00							
21:00							
22:00							
23:00							
00:00							

Quels sont les aspects les plus difficiles de votre rôle actuel ?

Durant mon année académique, la partie la plus difficile a été de dire « non » aux possibilités éducatives facultatives. Nous avons tellement de belles expériences mises à notre disposition dans le cadre de la médecine du sport et de l'exercice, notamment des séances pratiques avec des experts mondiaux, et la couverture des événements universitaires, régionaux, nationaux et internationaux. Notre emploi du temps est bien difficile à équilibrer.

En outre, un autre aspect que plusieurs médecins sportifs trouvent difficile c'est la conciliation travail-vie personnelle lorsqu'ils sont appelés à couvrir des événements ou des équipes. Plusieurs équipes s'attendent uniquement à ce que je couvre les matchs à domicile tandis que d'autres s'attendent à ce que je fasse partie de leurs voyages pour des compétitions. Il existe également des occasions de couverture de grands événements sportifs qui éloignent les médecins de leur domicile pendant plusieurs semaines parfois. Certes, si vous êtes dévoué(e) à ce type de couverture, je pense que les expériences l'emportent sur les éléments négatifs.

Quelle question vous est souvent posée au sujet de votre décision de poursuivre une carrière non-clinique ?

Travaillez-vous uniquement qu'avec des athlètes ?

Ma réponse c'est non ! Nous voyons des patients de tous âges et niveaux d'activité, des sédentaires aux guerriers de weekend et athlètes de compétitions. Nous traitons également une variété de maladies, pas seulement des pathologies sportives. Tout ce qui concerne les domaines des tissus mous, de la musculosquelettique et neurologique mérite d'être traité.

Pouvez-vous décrire votre transition de résidente subalterne à étudiante ?

Le fait d'être étudiante réinitialise l'horloge en quelque sorte - la plupart des R3s sont très confiants dans les soins primaires et ont plus d'expérience dans leur domaine de formation que la plupart des autres résidents en raison du stage et de l'intérêt, mais c'est une phase d'apprentissage bien précise, et difficile à achever en un an.

Allez-vous prolonger votre formation ou chercher un emploi ? Quelles sont vos ressources disponibles pour le futur ?

J'ai des offres de travail à temps partiel en médecine sportive et en médecine familiale, et j'ai été contactée au début de la formation - c'est certainement un avantage pour moi d'être dans cette spécialité ! J'aimerais continuer à enseigner au premier cycle et au niveau post-universitaire, tout en restant impliquée dans des projets d'éducation des patients.



Durant mon année académique, la partie la plus difficile a été de dire « non » aux possibilités éducatives facultatives. Nous avons tellement de belles expériences mises à notre disposition dans le cadre de la médecine du sport et de l'exercice, notamment des séances pratiques avec des experts mondiaux, et la couverture des événements universitaires, régionaux, nationaux et internationaux.

Vie non-clinique

Quels sont vos intérêts académiques ?

Mes principaux domaines d'intérêt sont : le plaidoyer des résidents et l'éducation médicale.

En ce qui concerne le plaidoyer des résidents, j'ai siégé au Conseil des résidents du CMFO ainsi qu'à la section des résidents du CMFC au cours des deux dernières années, où j'ai travaillé sur le Guide de survie des résidents en médecine familiale et au développement des outils d'appui à l'éducation des résidents. Actuellement, je suis portée au Conseil général du PARO, et je me plais dans mon rôle de porte-parole des résidents et j'explore mon intérêt pour l'éducation médicale. Je suis également le chef du Programme d'amélioration des compétences des résidents, qui est une autre grande occasion de s'assurer que les résidents sont soutenus durant leur année R3.

Je suis également en train de boucler mon premier cycle et un stage d'enseignement pour l'obtention d'un Certificat d'Enseignement Clinique qui me permettra d'explorer des questions controversées de l'éducation médicale et développer des compétences pédagogiques. Nous avons l'occasion de faire des séances d'enseignements, de participer à des clubs de lecture, et d'éduquer les étudiants médecins et assistants médicaux.

Comment conciliez-vous travail et vie personnelle et comment y parvenez-vous ?

Ma conciliation travail-vie personnelle me vient principalement de ma formidable famille et mes amis, ainsi que des intérêts en dehors de la médecine. En outre, Julian, mon époux, est un soutien majeur pour moi. Je rentre voir ma famille deux à trois fois par mois, et j'ai droit à au moins un à deux rassemblements sociaux par semaine avec des amis. Je prends des vacances et j'alterne entre voyages et vacances sédentaires.

Le fait de rester active m'aide à déstresser et me rassure que je suis un bon modèle en tant que médecin résident sportif. Je fais des exercices quatre à cinq fois par semaine : je prends des cours de cardiologie/danse/musculation au gymnase, je fais du vélo, de la nage ou joue au squash. Mon époux et moi aimons faire de la cuisine, et l'alimentation naturelle est la clé de mon bien-être. Pour le plaisir, nous mangeons dehors une ou deux fois par semaine. La musique et l'art font aussi grandement partie de ma vie, et me permettent d'exprimer mon côté créatif. Je joue de la trompette dans la fanfare de Burlington, ainsi que du piano. L'année dernière, j'ai reçu une guitare en guise de cadeau et c'est mon nouvel objectif à atteindre! J'aime aussi la photographie et la peinture.

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.