



Novembre 2022

À propos de moi

Je suis Laura Dawson, une résidente de deuxième année en médecine interne sur le campus régional de l'Université McMaster (WRC) à Waterloo. Je suis originaire de Kingston en Ontario et j'ai préalablement obtenu un baccalauréat avec double majeure en psychologie et anglais.

Pourquoi j'ai choisi médecine interne

Lors du pré-externat, tout le contenu et la culture de la médecine que j'ai trouvés les plus intéressants étaient liés à la médecine interne. Mes domaines d'études favoris étaient la cardiologie, le domaine rénal, la gastroentérologie, la neurologie, les mécanismes de défense de l'hôte/l'interprétation des valeurs de laboratoire, les compétences professionnelles et les variations de la sensibilisation du patient.

Lors de l'externat, mon enthousiasme pour le sujet de la matière a augmenté grâce à une passion pour l'enseignement (surtout l'apprentissage des mécanismes d'action) et les tournées. J'ai également découvert que j'aimais fournir de l'information de gestion des symptômes et des réponses aux patients quotidiennement pour apporter des différences importantes dans leurs vies et leurs soins, même si on ne peut pas faire grand-chose quant à leur diagnostic.

J'ai constaté que je continuais de me sentir énergisée tous les jours alors que je rencontrais des patients plus complexes lors de mes stages obligatoires en médecine interne et je ne voulais habituellement pas retourner à la maison à la fin de la journée.

Vie clinique

En quoi consiste une journée typique de tâches cliniques?

Une journée typique	
7:15	Prendre le déjeuner à la maison tout en assignant de nouveaux patients aux résidents débutants et aux étudiants en médecine.
8:00	Rencontrer l'équipe sur le plancher et diviser la liste.
8:30	Commencer à examiner les signes vitaux et les valeurs de laboratoires pour les patients malades et les patients que je vais voir au cours de la journée. Je vais ensuite visiter ces patients.
11:00	Tournées multidisciplinaires avec les infirmières, les ergothérapeutes et les physiothérapeutes, les diététistes, les orthophonistes, les spécialistes en soins spirituels, etc.
12:30	Enseignement pendant l'heure du dîner
13:30	Terminer les visites avec les patients et aider les étudiants en médecine avec leurs ordres et répondre à leurs questions.
14:30	Réviser les nouvelles consultations avec les étudiants en médecine et les résidents débutants.
15:00	Parcourir la liste avec le personnel, les résidents et les étudiants en médecine. Réviser les mises à jour depuis le matin, patient par patient.
15:00	Terminer les notes, effectuer/superviser les procédures, gérer les dossiers non réglés de salle, enseigner aux étudiants.
17:00	Transfert des dossiers aux résidents de garde.

Profil d'une résidente en médecine interne — Laura Dawson

18:00 à 20:00	À la maison, temps personnel.
20:00	Réviser et signer les ordres et les notes non réglées des étudiants en médecine.
20:30	Études
21:00 à 22:00	Temps personnel
22:00 à 7:00	Repos

Aperçu de l'horaire hebdomadaire							
	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
06:00	Repos	Repos	Repos	Repos	Repos	Repos	Repos de 1 à 2 heures
07:00		Assigner les patients	Assigner les patients	Assigner les patients	Assigner les patients	Assigner les patients	
08:00		Diviser la liste	Diviser la liste	Diviser la liste	Diviser la liste	Diviser la liste	
09:00	Temps personnel	Réviser les signes vitaux et les notes	Réviser les signes vitaux et les notes	Réviser les signes vitaux et les notes	Réviser les signes vitaux et les notes	Réviser les signes vitaux et les notes	À la maison
10:00		Visiter les patients malades	Visiter les patients malades	Visiter les patients malades	Visiter les patients malades	Visiter les patients malades	
11:00	Courriels professionnels	Tournées multidisciplinaires	Tournées multidisciplinaires	Tournées multidisciplinaires	Tournées multidisciplinaires	Tournées multidisciplinaires	Nettoyer ma maison
12:00	Dîner	Dîner et notes	Enseignement pendant le dîner	Dîner et notes	Dîner et notes	Enseignement pendant le dîner	Dîner et regarder la télévision
13:00	Étudier au café	Gérer les dossiers de salle	Gérer les dossiers de salle	Gérer les dossiers de salle	Gérer les dossiers de salle	Gérer les dossiers de salle	Repos
14:00		Écrire des notes et réviser les consultations	Écrire des notes et réviser les consultations	Écrire des notes et réviser les consultations	Écrire des notes et réviser les consultations	Écrire des notes et réviser les consultations	
15:00			Parcourir la liste avec le personnel	Parcourir la liste avec le personnel	Parcourir la liste avec le personnel	Parcourir la liste avec le personnel	
16:00	Temps personnel	Écrire des notes	Écrire des notes	Écrire des notes	Écrire des notes	Écrire des notes	
17:00	Courriels professionnels	De garde à l'hôpital jusqu'à 23 h	Transfert des dossiers aux résidents de garde	Transfert des dossiers aux résidents de garde	Transfert des dossiers aux résidents de garde	24 heures de garde à l'hôpital	
18:00	Temps personnel	Nouvelles consultations	Signer les notes des étudiants	Signer les notes des étudiants	Signer les notes des étudiants	Nouvelles consultations	Temps personnel
19:00			Temps personnel	Temps personnel	Temps personnel		
20:00							
21:00		Réviser les consultations	Signer les notes des étudiants	Signer les notes des étudiants	Signer les notes des étudiants		
22:00	Repos	Entrer les ordres	Temps personnel	Temps personnel	Temps personnel		Repos
23:00		Consultation avec les infirmières					
00:00		Repos à la maison					



J'ai découvert que j'aimais fournir de gestion des symptômes et des réponses aux patients quotidiennement... même si on ne peut pas faire grand-chose quant à leur diagnostic..»

Quels types de stages sont-ils requis dans votre programme?

La médecine interne a des stages obligatoires, ainsi que des stages à option. Les composantes obligatoires en première année incluent principalement :

- Unité d'enseignement clinique x 4 mois/année
- Unité des soins intensifs x 2 mois/année
- Cardiologie x 2 mois
- Pneumologie
- Clinique d'évaluation rapide en médecine interne générale
- Neurologie x 2 semaines
- Soins palliatifs x 2 semaines

Les exigences en matière de recherche incluent un projet de recherche assez large terminé dans un délai de trois ans sur un sujet de votre choix, sous la supervision d'un superviseur en médecine interne ou dans une sous-spécialité de la médecine interne.

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

Je suis une personne très sociale et je gagne beaucoup d'énergie en encourageant mon équipe, en achetant des collations/du café, en répondant aux questions des patients et en aidant à résoudre des problèmes en équipe lors des visites multidisciplinaires.

J'aime être constamment mise à l'épreuve mentalement. J'aime qu'il y ait toujours quelque chose d'important que je puisse faire en termes de résolution de problèmes, discuter avec un patient/une famille, organiser une note, enseigner aux étudiants en médecine ou faire une intervention.

Quels sont les meilleurs aspects de votre résidence?

Les meilleurs aspects de mon programme de résidence sont :

1. Nous sommes un groupe très serré, sur un petit campus qui accueille trois nouveaux résidents par année. Nous sommes devenus de très bons amis et nous nous soutenons les uns les autres au cours des deux dernières années.
2. Il y a une foule de possibilités pour compléter des interventions et le personnel est toujours prêt à vous superviser et à vous fournir des occasions dans l'unité d'enseignement clinique et l'unité des soins intensifs.
3. Le personnel en médecine interne et ses sous-spécialités que nous avons sur le campus WRC sont parmi les personnes les plus gentilles que j'ai rencontrées. Lorsqu'on me pose une question, cela fait partie de leur véritable intérêt de vouloir m'enseigner quelque chose et non pour me prendre au dépourvu.
4. Cette communauté hospitalière elle-même est très proche. Les noms et les visages des résidents sont bien connus dans les hôpitaux Grand River et St Mary et sont bien respectés.



J'aime être constamment mise à l'épreuve mentalement et j'aime qu'il y ait toujours quelque chose d'important que je puisse faire... résolution de problèmes, discuter avec un patient/une famille... enseigner aux étudiants en médecine, ou faire une intervention.»

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

Personnellement, je crois que l'aspect le plus difficile de la résidence pour moi était de devoir travailler à Hamilton au début de la résidence, où je n'étais pas familière avec les dossiers médicaux électroniques ou les processus de l'hôpital.

En rétrospective, si la COVID l'avait permis, j'aurais fait plus de stages à option à Hamilton en tant qu'étudiant en médecine afin de me familiariser avec les processus de l'hôpital. C'était vraiment la partie la plus stressante de la résidence jusqu'à maintenant. Nous sommes requis de travailler à Hamilton approximativement de deux à deux mois et demi par année dans l'unité d'enseignement clinique.

Quelle question vous pose-t-on le plus souvent au sujet de votre décision de choisir une carrière non clinique?

« Recommanderiez-vous votre programme de résidence? »

Si vous êtes à la recherche d'un programme très uni et pratique en médecine interne — voici votre place! Si vous recherchez quelque chose dans une sous spécialité créneau où « montrer votre visage » est incroyablement important dans une discipline ou un emplacement particulier, assurez-vous que le campus que vous choisissez fournit ces occasions. Le campus WRC n'a pas de programme sous-spécialisé à Kitchener/Waterloo pour le jumelage des spécialités médicales de CaRMS, mais leur taux de jumelage dans ce jumelage est phénoménal (incluant pour les sous-spécialités).

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

Les résidents disent souvent que la courbe d'apprentissage de l'externat à la résidence est verticale. Pendant les quatre premiers mois de la résidence, je suis d'accord. Honnêtement, cette période était plus mentalement difficile que je l'aurais imaginé.

Depuis que j'ai commencé mon stage de deux mois à l'unité d'enseignement clinique, il y avait un grand centre d'attention pour prouver vos connaissances et un sentiment d'urgence tangible de se prouver soi-même. Cependant, ce sentiment a diminué dramatiquement lorsque ces stages prennent fin.

Je crois qu'il s'agissait d'une combinaison du syndrome de l'imposteur et le désir de chacun de prouver qu'il ou elle mérite d'être ici. Je ne peux pas dire que tout était facile, mais je me suis fait des amis extraordinaires pour la vie parmi les autres résidents pendant cette période.

Quels sont vos projets futurs pour la pratique médicale?

En ce moment, je considère fortement une carrière en médecine interne générale. J'aime beaucoup l'exercice, la population de patients, l'environnement collaboratif et le style de vie. J'aime être « au travail » lorsque je suis au travail et « au repos » lors de mes journées de congé. J'aime rédiger des notes de consultation et plonger dans les historiques.

Jusqu'à présent, je n'ai pas trouvé de sous-spécialités en médecine interne qui m'intéresse autant que la médecine interne générale. Je pense toujours : « J'ai trouvé un emploi où j'aime vraiment le travail et l'environnement et je ne regarde pas constamment l'horloge pour voir arriver la fin de la journée. » Je ne peux pas demander pour un meilleur emploi que celui-ci!

À quoi ressemblent vos autres résidents en médecine, comment interagissez-vous?

J'adore énormément mes collègues résidents. Que ce soit pour un pique-nique dans le parc, participer à un exposé pendant une demi-journée académique ou bien aller déjeuner après un quart de travail de garde avec des résidents à Hamilton pendant que je suis là, je n'aurais pas pu demander de meilleurs amis ou des collègues compatissants.

Nous avons des discussions en petit groupe quotidiennement où nous déplorons notre manque de sommeil, discutons de différents moyens pour enquêter ou traiter une certaine condition, envoyer des mèmes et partager des photos de vacances.

Activités non cliniques

Quels sont vos intérêts professionnels autres que cliniques?

Ma passion principale est d'assurer que les étudiants en médecine et les résidents débutants se sentent bien soutenus, qu'ils aient des ressources pratiques dans les salles et qui obtiennent assez de sommeil! J'ai travaillé sur la création de centaines de présentations PowerPoint pour ceci depuis à la fin de mes études en médecine et je ressens un grand plaisir à les partager avec tous les étudiants et les résidents pour les aider à réussir lorsqu'ils travaillent dans les salles. Tout allant de comment traiter l'hypertension ou le délire pendant qu'on est de garde à quoi faire si quelqu'un a une attaque cérébrale devant vous. Enseigner les sujets à d'autres personnes m'aide également à connaître la matière. En matière de recherche, je me suis concentrée principalement sur la recherche liée à la COVID et une étude d'amélioration de la qualité sur le temps de congé du patient.

Décrivez votre équilibre entre le travail et la vie personnelle?

Cela dépend entièrement du stage dans lequel je suis. Sur l'unité d'enseignement clinique, mon équilibre travail-vie personnelle est limité par le nombre d'heures de travail accru, donc je m'assure de participer aux brunches ou aux rendez-vous café après les heures de garde et de rencontrer mes amis une fois par semaine, habituellement pour un souper.

Je m'intéresse particulièrement aux « petites choses dans la vie ». J'aime faire des promenades avec mon époux, visiter des membres de la famille, aller prendre un café, peindre des roches (toiles libres) et lire des livres de fantaisie.

Je m'en voudrais de ne pas signaler que j'ai un époux absolument formidable qui travaille également très fort dans le domaine de la technologie; nous nous encourageons donc pour atteindre nos objectifs et nous nous reposons lorsque nous en avons besoin. La meilleure stratégie de résilience que je possède est d'écouter mon corps lorsque j'ai besoin de sommeil, donner des câlins à mon époux et avoir de bonnes discussions de groupe entre résidents pour s'assurer que tout va bien. J'ai également acheté un poisson.

Impact de la COVID-19

MRC reconnaît l'impact continu que la COVID-19 a eu sur la formation à titre de résident. Nous désirons mieux faire connaître ses effets sur les vies quotidiennes des résidents. Cette section est entièrement optionnelle.

Comment la COVID-19 a-t-elle impacté vos stages requis (clinique, recherche) ?

Incluant les occasions de recherche et les engagements académiques requis au sein de votre programme

Comme tous les résidents ont fait face à des défis semblables, je ne crois pas que les miens sont particulièrement uniques. La COVID a assurément limité notre contact avec les patients en matière d'être capables de participer

complètement à des codes bleu protégé, faire des connaissances avec nos camarades de classe et nos mentors et de rester en santé pendant nos stages.

J'ai plusieurs camarades de classe qui ont dû prendre des congés en raison de la COVID et je suis certaine qu'ils sont constamment inquiets qu'ils vont prendre du retard dans le programme.

En raison de la COVID-19, quelles sont les plus grandes différences auxquelles vous avez fait face comparativement aux années précédentes en résidence ?

Heures, processus/procédures, interactions avec les autres professionnels de soins de santé, recevoir de l'enseignement, fournir de l'enseignement aux étudiants en médecine/résidents débutants

La situation code bleu a certainement été le plus gros changement : où seulement un nombre limité d'individus peuvent être impliqués dans la chambre lors du code. Je veux aussi dire que le taux d'épuisement en raison de couverture de garde pour le personnel, les résidents et les collègues infirmières a été considérable et est certainement visible dans les salles.

La COVID nous a également forcés à abandonner beaucoup d'enseignement au chevet que nous aurions autrement reçu et fourni.

Comment la COVID-19 a-t-elle influencé votre équilibre travail-vie personnelle ?

La COVID a certainement changé les façons de passer mon temps libre à l'extérieur du travail. J'étais auparavant une personne très anxieuse de sorte que si je restais à l'intérieur pour une journée ou deux, je ressentais une sensation écrasante d'urgence de sortir de la maison/d'aller dehors/d'aller faire les emplettes ou simplement de changer d'environnement.

Depuis la COVID — comme plusieurs autres personnes, j'ai été obligée de me contenter avec des activités à l'intérieur. Heureusement pour moi, j'ai finalement trouvé un sentiment de paix dans les activités à l'intérieur. Malgré cela, je manque énormément les grands barbecues, les rencontres familiales et les célébrations des fêtes qui étaient une habitude dans nos vies. Mon époux et moi découvrons de nouveau ce que c'est que de s'asseoir dans un restaurant, de profiter d'une terrasse et de revoir nos amis. Cela semble étrangement nouveau et je suis certaine que nous ne sommes pas les seuls à partager ces sentiments.

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.