

Gone sailing

Peter Hutten-Czapski, MD
Scientific editor, CJRM
Haileybury, Ont.

Correspondence to:
Dr. Peter Hutten-Czapski;
phc@srpc.ca

When I was in medical school, one of my mentors advised me that when it came time to enter general practice I was to get a membership at the local golf club. "But I don't golf?" He laughed as he explained. "If you drink at the local bar you're a drunk, but if you drink at the clubhouse you have been working hard!"

By most definitions I have taken up neither golf nor drinking. However, there are several truths I've learned based on this advice. When you are engaged in a profession with the responsibility of rural practice, there is something to be said for a regular diversion. For me it's not men's night at the local 9-hole golf course, but sailing out of the 176-slip Haileybury marina.

Wednesday evenings are sacrosanct in the summer for me, as it is race night. It doesn't matter if it's pouring or if there isn't any wind in sight; I load up the cooler and head to the boat. It is not patients or committee meetings at the hospital, or even my family that fill my mind. It's hoisting the main, trimming the jib and wondering if I can make the mark on this tack.

I never do ER on these days, and on those occasions when I mistakenly have a beeper or cellphone with me, the problem gets handled over the phone, it waits until sundown or they get the person in ER, because I can't get there for an hour when I'm sailing.

Yes, there are days when I break my own rules, leave the boat in a mess and run up the dock so I can get to the hospital because someone is crowning. This is remarkable for 2 reasons: it's been my choice to attend the birth and the deliveries that I have missed haven't happened on a sailing Wednesday.

I have a colleague who races against me, others who golf, some who curl, some who play hockey, and others who block off time for fishing on and off the ice. It doesn't matter what it is; what matters is that it gives people time to be a part of the community while not being the doctor. It's a good thing for us rural doctor types who really do work hard.

I'm not saying that you need to be unavailable. If you are unavailable too frequently and unpredictably it's a problem. If you notice it in a colleague, you start worrying about their organizational skills, their mental well-being and/or how much alcohol is being consumed. Don't leave it to the point where the colleague is marked as unreliable by the nurses and is hauled in by the chief of staff (or by the college!).

I am making an argument for protected time. Being able to drop your "I'm the doctor" persona and walk in your community as a regular person, even for a short time, is a good thing. It's amazing how my protected 0.5% of the year makes the other 99.5% of the year easier.

I'd write more, but it's actually Wednesday, at the end of summer, shortly after 6 pm, and it's been raining, so I should go and bail the bilge before the race ...

© 2010 Society of Rural Physicians of Canada



Parti voguer

Peter Hutten-Czapski, MD
Rédacteur scientifique, JCMR
Haileybury (Ont.)

Correspondance :
Dr Peter Hutten-Czapski;
phc@srpc.ca

Quand j'étais à la Faculté de médecine, un de mes mentors m'a dit de devenir membre d'un club de golf local quand je commencerais à pratiquer la médecine familiale. « Mais je ne joue pas au golf », lui ai-je répondu. Il a ri et m'a expliqué : « Si tu prends un verre au bar, tu es un ivrogne, mais si tu en prends un au club, c'est que tu as travaillé fort ! »

Je n'ai, selon la plupart des définitions, ni commencé à jouer au golf, ni commencé à fréquenter les bars. J'ai cependant tiré plusieurs enseignements de ce conseil. Lorsque vous exercez une profession dans laquelle vous êtes responsable d'une pratique rurale, ce n'est pas une mauvaise idée de pratiquer régulièrement un loisir. Ce qui fait mon bonheur, ce n'est pas la soirée des hommes au neuf trous local. C'est plutôt de me rendre à la marina à 176 places de Haileybury et de partir sur mon voilier.

L'été, les mercredis soirs sont sacrés pour moi, car c'est la soirée des compétitions. Peu importe le temps qu'il fait, je remplis la glacière et j'embarque sur mon voilier. Mes patients, les réunions de comités à l'hôpital, ou même ma famille ne m'effleurent pas l'esprit. Je ne pense qu'à hisser la grande voile et à régler le foc. La question que je me pose : « Vais-je pouvoir courir une bonne bordée ? »

Même si je ne travaille jamais à l'urgence ces mercredis, il m'arrive parfois de recevoir un appel sur mon téléavertisseur ou mon cellulaire que j'ai oublié de laisser derrière. Dans ce cas, soit que je règle le problème par téléphone, soit que je le règle plus tard en soirée, soit que je réponde de joindre le médecin responsable à l'urgence, parce que je ne peux tout simplement pas retourner à l'hôpital en une heure lorsque je navigue.

Oui, il m'arrive d'enfreindre mes propres règles, de laisser mon voilier dans le désordre et de partir en courant de la marina pour me rendre à l'hôpital parce qu'une patiente est sur le point d'accoucher. Ceci est remarquable pour deux raisons : premièrement, c'est moi qui ai décidé d'assister à la naissance et deuxièmement, les accouchements que j'ai manqués n'ont pas eu lieu les mercredis de voile.

Un de mes collègues prend aussi part aux courses de voiliers, d'autres jouent au golf, au curling ou au hockey, et d'autres encore se réservent du temps pour la pêche en été ou en hiver. Peu importe l'activité, ce qui compte, c'est qu'elle donne aux médecins le temps de s'intégrer à leur collectivité tout en laissant derrière leur étiquette de médecin. C'est une bonne chose pour nous, médecins en milieu rural, qui travaillons vraiment fort.

Comprenez-moi bien. Je ne dis pas que vous devez être inatteignable. Si vous êtes absent trop souvent et de manière imprévisible, c'est que quelque chose ne tourne pas rond. Si vous remarquez un tel comportement chez un collègue, vous commencerez à vous inquiéter de son sens de l'organisation, de son état psychologique ou de la quantité d'alcool qu'il consomme. N'attendez pas qu'il soit considéré comme étant peu fiable par les infirmières et qu'il soit convoqué dans le bureau du médecin-chef (ou que le collège s'en mêle !).

Je parle plutôt de l'importance de se réserver du temps pour soi. Laissez tomber votre « personnage de médecin » et participez à la vie de votre collectivité en tant que personne ordinaire, même pour un bref moment. Vous verrez, c'est une bonne chose ! C'est incroyable à quel point le 0,5 % de temps que je me réserve durant l'année rend l'autre 99,5 % de l'année plus facile.

Enfin, je dois vous quitter, car c'est mercredi, l'été tire à sa fin, et il est passé 18 h. Comme il a plu, je dois aller vider la cale de mon voilier avant la course …

© 2010 Société de la médecine rurale du Canada