
Un cheminement personnel vers la (pré)-retraite

Par Boulos Haraoui, M.D., FRCPC

La retraite... Un mot qu'on n'aime pas entendre quand on a passé une vie passionnante à pratiquer la rhumatologie, et ce, durant les plus belles décennies qu'a connu notre spécialité.

Mais il faut au moins se résigner à la planifier! Car après tant d'années de plaisir et de satisfactions à soigner des malades qui deviennent à l'occasion des « complices », échangeant avec eux diverses expériences de vie (mariages, enfants, travail, voyages, etc.), il est difficile de couper les ponts brutalement... surtout quand, comme moi, on ne sait rien faire d'autre. Je ne suis pas un sportif, encore moins un golfeur. Je ne suis pas non plus un bricoleur : la seule chose que je sais faire de mes mains, c'est de pratiquer des infiltrations articulaires, et j'en ai fait des centaines, ou plutôt des milliers, en près de 40 ans de formation et de pratique.

Mais plus que de planifier ce qu'on veut faire durant la retraite, il faut avant tout penser aux centaines de patients qui ont besoin de continuer à voir un rhumatologue.

Ma première priorité a donc consisté à réduire ma pratique. Depuis plus d'un an et demi, je ne vois plus de nouveaux patients et j'ai graduellement commencé à transférer ceux les plus « faciles » et qui vont bien à des collègues plus jeunes. Je suis choyé d'avoir des collègues compétents et généreux d'accepter mes transferts.

Il faut avouer que la coupure n'est pas toujours facile et est souvent empreinte de beaucoup d'émotion avec des larmes et plusieurs cartes de remerciement. Cela me porte à réfléchir et parfois à me questionner sur la cadence des transferts. Mais je me dis que, tôt ou tard, il faut en arriver là! Je prévois donc pouvoir épuiser ma longue liste d'ici deux à trois ans, si ma santé continue à me le permettre.



Parallèlement au transfert des patients, je me devais de réduire progressivement mes autres activités. J'ai donc réduit le nombre de mes projets de recherche clinique ainsi que ma participation à divers comités comme celui de la CATCH (Canadian Early Arthritis Cohort) et bientôt celui de la recherche de la SCR. Je continue néanmoins à mener certaines activités intellectuelles et académiques telles que le dépistage et le suivi des comorbidités chez les patients avec polyarthrite rhumatoïde et j'accepte souvent des invitations à examiner les articles soumis pour publication. Je continue à voyager pour assister à des congrès ou participer à des comités consultatifs et pour donner des conférences sur mes sujets d'expertise.

La principale chose que j'ai réalisée depuis que j'ai pris cette décision il y a 20 mois, c'est que cela doit se faire graduellement mais correctement. En

même temps, je commence à « profiter » des autres aspects de la vie qui me procurent de la satisfaction : en premier lieu, mes deux petit-fils, qui seront bientôt au nombre de trois; voyager plus pour le plaisir que seulement pour les congrès et autres réunions; et enfin, commencer à lire les dizaines de livres que j'avais mis de côté pour le moment où j'aurai plus de temps, c'est-à-dire la retraite ou... la pré-retraite, un mot moins dur à accepter.

*Boulos Haraoui, M.D., FRCPC
Rhumatologue,
Montréal (Québec)*