

# Transition vers une retraite réussie : un point de vue personnel

Par Christopher Penney, M.D., FRCPC

La transition d'une vie professionnelle chargée à la retraite peut se faire de diverses façons pour un médecin et varier selon les circonstances personnelles, la planification (ou l'absence de celle-ci) et, purement et simplement, la chance. Pour ma part, j'ai eu la chance de pouvoir planifier une transition progressive au cours des trois dernières années. Cette réduction graduelle de mes activités a été avantagieuse tant pour moi que pour mes patients.

Commençons par une mise en contexte. Après avoir suivi une formation en rhumatologie à London, en Ontario, j'ai commencé à exercer la rhumatologie en cabinet privé à Calgary en 1982. En 2004, après avoir reçu le prix du professeur clinicien de la Société de l'arthrite, j'ai obtenu un poste de professeur clinicien salarié à l'Université de Calgary. Je me passionne pour l'enseignement au chevet, l'examen physique, la photographie lors des événements de la division et, depuis les huit dernières années, l'échographie musculosquelettique au point d'intervention. Mes collègues et moi-même avons suscité un intérêt local pour la rhumatologie, à un point tel que les rhumatologues ne sont presque plus assez nombreux dans le sud de l'Alberta.

J'en suis à la troisième année de ma transition vers la retraite à temps plein. Il y a un peu plus de deux ans, j'ai démissionné de mon poste salarié à l'Université de Calgary et j'ai transféré les soins de tous mes patients à mes collègues. Heureusement, l'université avait embauché le Dr Stephen Thomson, un jeune professeur clinicien, pour qu'il me remplace, assume mes fonctions d'enseignant et prenne en charge un nombre de mes patients. Comme ma retraite était planifiée, j'ai pu serrer tous mes patients dans mes bras et leur souhaiter bonne continuité lors de leur dernière visite avec moi. Les Drs Stephen Thomson et Caylib Durand sont devenus les photographes pour les événements de la division.

Exercer la profession de médecin vient avec un lot de pressions constantes. Malgré les progrès de la pharmacologie, la plupart de nos patients atteints d'inflammation systémique chronique restent avec nous pendant toute notre carrière. En cessant de travailler comme médecin à temps plein, j'ai senti un vent de liberté.

Comment est-ce j'occupe mon temps depuis que je suis en semi-retraite? Pendant les deux premières années, j'ai dirigé une clinique de triage où je voyais des patients souffrant de douleurs chroniques non urgentes des tissus mous. Ces patients, autrement, auraient dû attendre de 6 à 12 mois. À Calgary, en tout cas, les ressources ont été consacrées principalement aux maladies



inflammatoires, ce qui a eu pour effet de laisser ces patients de côté. Je réalise des échographies au point d'intervention pour mes collègues et je fais la promotion de l'utilité de l'échographie dans la pratique courante en rhumatologie. Comme j'ai plus de temps libre, je peux maintenant faire plus d'exercice et mieux prendre soin de ma santé. Betty, ma chère femme, est tombée très malade il y a un an et j'ai pu l'accompagner à ses rendez-vous chez le médecin et l'aider.

Cette année, j'ai l'intention de réaliser des échographies musculosquelettiques une fois par semaine, de faire des examens échographiques ponctuels des artères temporales et de participer à des projets de recherche sur l'échographie. Je viens juste d'accepter de remplacer un collègue qui sera en congé de maladie pendant huit semaines. En outre, je continuerai d'enseigner les examens physiques.

Je tiens à remercier l'Université de Calgary de m'avoir permis de prendre une retraite progressive. Tout particulièrement, je remercie les Drs Dianne Mosher et Paul MacMullan, l'ancienne directrice et le directeur actuel de la Division de rhumatologie. Je remercie également la Dr<sup>ce</sup> Susan Barr pour son aide et ses encouragements au cours des huit dernières années, elle qui, comme moi, a appris et continue d'apprendre à faire des échographies au point d'intervention.

*Christopher Penney, M.D., FRCPC  
Rhumatologue,  
Calgary (Alberta)*