

Prévention réfléchie, plus-value de la médecine générale



Dr Thierry VAN DER SCHUEREN

Secrétaire Général de la SSMG et
membre du comité de lecture de la RMG

thierry.vanderschueren@ssmg.be

En ce début d'automne, période partiellement consacrée à la vaccination contre la grippe, nous disposons de l'opportunité d'évoquer la prévention avec nos patients. Non seulement, ils attendent cela de notre part mais, en plus, cette démarche renforce notre rôle de premier conseiller de santé auprès d'une population qui confirme sa confiance en notre profession dans tous les sondages.

Toutefois, pour assurer ce rôle, il nous faut rester bien informés des avantages et des inconvénients de chaque acte ou procédure possibles. En effet, face à la multiplicité des informations, parfois contradictoires, nos conseils sont appréciés et souvent entendus. Veillons donc à rester de bons conseillers en évitant les tentations de la surmédicalisation. Actuellement, les effets néfastes de la surmédicalisation sont bien démontrés et nous devons, en tant que médecins de famille, garder la tête froide et parfois oser nous opposer à certaines démarches injus-

tifiées. Je pense particulièrement aux bilans sénologiques annuels chez des patientes sans facteurs de risque ou très jeunes ou encore à des scanners de contrôle pour des incidenta- lomes sans relevance.

La prévention, particulièrement primaire, offre une performance à long terme bien supérieure à toute prescription médicamenteuse. Osons conseiller et répéter ces messages à nos patients. Activité physique régulière, alimentation saine, arrêt du tabac, limitation de l'alcool, vaccinations sont autant de pistes à distiller sous forme de conseils pratiques tout au long de nos consultations. Le médecin de famille rencontre ses patients régulièrement et durant de nombreuses années, voilà donc aussi une des forces de la médecine générale : l'accessibilité et la continuité dans le temps.

Veillons donc à rester de bons conseillers en évitant les tentations de la surmédicalisation

Personnellement, je ne me sens pas compétent pour les conseils diététiques. C'est pourquoi je me suis inscrit à la Grande Journée du 23 novembre à Wépion consacrée à cette problématique dans la pratique du généraliste. Dans la même lignée, les généralistes de la cellule tabac vous proposent une demi-journée de formation à l'aide au sevrage tabagique le 9 novembre à Bruxelles. N'hésitez pas à vous y inscrire encore si vous ne vous sentez pas à l'aise dans ce domaine.



L'influence des exemples reste un moteur important du changement. A ce titre, le médecin de famille constitue un exemple, tant pour les enfants, les jeunes et les adultes. N'oublions donc pas de prendre soin de nous-même en adoptant un mode de vie sain et exemplaire. Quand les patients nous voient faire du sport ou faire nos courses, ils sont curieux et interpellés. L'impact de notre image est non négligeable sur leurs propres choix ultérieurs.

Finalement, afin de nous aider dans nos démarches de prévention auprès des 45-75 ans, le DMG+, volet préventif du DMG, propose les actions préventives les plus efficaces dans ce groupe d'âges. Uniquement réservé à la médecine générale, il renforce le fait que seul le généraliste est efficace à ce niveau, que la prévention fait partie intégrante de nos fonctions et que cela mérite un honoraire, fut-il insuffisant. Ne négligeons donc pas cet outil supplémentaire tout en accordant le libre choix à nos patients de refuser nos propositions. De plus, chaque médecin traitant connaissant ses patients et leur histoire, nous sommes invités à personnaliser et individualiser nos conseils et recommandations afin de « coller » au vécu de nos patients. C'est à ce titre que nous serons d'abord médecin traitant de chacun de nos patients puis, secondairement, acteurs pour une meilleure santé publique.

Bonne lecture à toutes et tous.

