

Lignes directrices 2017 de Rai et Sekhon pour maintenir les tracas conjugaux en rémission

Par Raman Rai, M.D., FRCPC et Suneet Sekhon, M.D., FRCPC



Les D^{rs} Raman Rai et Suneet Sekhon avec leur fille, Aria.

Mon épouse est rhumatologue, comme moi. Nous travaillons les mêmes jours, dans la même clinique, et partageons le même bureau. Bref, nous passons BEAUCOUP de temps ensemble. Les gens nous demandent toujours si nous nous laissons parfois l'un de l'autre, et si nous parlons parfois d'autre chose que de rhumatologie. Plus d'un de mes collègues m'a déjà également conseillé de trouver une autre carrière de toute urgence!

La sagesse populaire veut que l'éloignement crée le manque... Quel est donc le secret pour entretenir l'harmonie conjugale lorsque vous passez plus de 95 % de votre temps avec votre douce moitié? Voici les cinq principales recommandations de nos dernières directives (toutes de niveau RE – respect ou échec) :

1. Trouvez votre créneau.

Cela peut être facile si vous avez tout simplement des intérêts différents, mais comment faire si vous êtes attirés tous deux par le même domaine? Dans ce cas, vous devrez creuser un peu plus pour vous différencier professionnellement. Dans notre cabinet, la D^{re} Sekhon s'occupe habituellement des consultations avec les patients atteints d'arthrite inflammatoire d'apparition récente, tandis que le D^r Rai voit ceux qui ont besoin d'un troisième avis et qui sont possiblement atteints de fibromyalgie.

2. Portez la tenue appropriée.

Après avoir passé une heure avec un patient, l'avoir écouté attentivement et lui avoir présenté un programme de soins personnalisé, il n'y a rien de plus agaçant pour la D^{re} Sekhon que d'entendre cette phrase si redoutée : « Quand est-ce que le vrai docteur arrive? » Cela signifie hélas qu'il faut porter un sarrau par-dessus ces jolis vêtements de marque.

3. Contrairement aux pizzas, ce n'est pas « deux pour le prix d'un ».

Pour reprendre les mots d'un patient : « Je suis un patient de cette clinique, et je vois le médecin qui peut me prendre tout de suite. » C'est une bonne philosophie, mais les patients doivent comprendre que la D^{re} Sekhon n'apprécie pas que le D^r Rai « se mêle » de ses cas.

4. Faites preuve de détachement.

Au travail, faire semblant d'ignorer l'autre comporte des avantages. Premièrement, les collègues n'ont pas l'impression de s'immiscer dans votre vie de couple. Deuxièmement, vous apprenez des potins croustillants concernant l'autre personne (p. ex. « j'ai vu que vous ignoriez le D^r Rai aujourd'hui, il a dû faire quelque chose qui vous a déplu... J'ai entendu dire qu'il avait aussi fait pleurer une pauvre vieille dame. » (Pour ma défense... c'est la vieille dame qui avait commencé.)

5. Profitez de quelques occasions pour vous échapper.

Il peut s'agir d'une occasion professionnelle, comme un club de lecture ou un congrès... mais soyons réalistes, il est probable que vous y alliez ensemble. Essayez plutôt de voir les tâches ingrates (faire le ménage, tondre la pelouse ou aller chercher votre enfant plus tôt à la garderie) comme d'agréables pauses l'un sans l'autre!

Plus sérieusement, même si avoir un conjoint dans le même domaine d'activité comporte des défis, c'est globalement une expérience positive (D^{re} Sekhon : c'est lui qui le dit, pas moi). La recommandation la plus importante est de ne pas prendre les choses trop au sérieux et d'essayer d'apprécier le temps que vous passez ensemble, que vous soyez au travail ou à la maison!

*Raman Rai, M.D., FRCPC
Rhumatologue, Hamilton (Ontario)*

*Suneet Sekhon, M.D., FRCPC
Rhumatologue, Hamilton (Ontario)*