



### Message de la présidente : Les aléas du premier hiver

Trina Larsen Soles,  
MD

Golden (C.-B.)

Correspondance :  
Dr Trina Larsen Soles,  
CP 1170, Golden BC  
VOA 1H0; [tsoles@srpc.ca](mailto:tsoles@srpc.ca)

Les saisons passent et un nouveau groupe de médecins pratiquant en milieu rural fera l'expérience de son premier hiver. J'offre donc des conseils à ces membres de la Société de la médecine rurale du Canada pour qu'ils vivent une saison en santé dans le Grand Nord.

J'ai rarement considéré le mode de transport avant de déménager en milieu rural en C.-B., mais le choix du véhicule est important. Nous répondons souvent aux appels à partir de notre domicile, et nous devons inévitablement aller à l'hôpital tard la nuit. J'ai constaté que les routes ne sont pas déneigées régulièrement en soirée. Sauf sur l'autoroute, les chemins peuvent être enneigés pendant des jours. Obtenez un véhicule à quatre roues motrices si possible; sinon, ayez au moins un véhicule à traction avant chaussé de bons pneus à neige. J'ai passé trop de temps sur appel soit immobilisé dans l'entrée, soit m'inquiétant de rester pris dans l'entrée ou d'être incapable de revenir à la maison, sachant que je risquais de ne pouvoir sortir d'une autre entrée. Si vous ne savez pas ce qu'est un chauffe-bloc, informez-vous, vous en aurez besoin.

Autre considération pratique : l'endroit où vous habitez, le genre de résidence, le chauffage et l'approvisionnement en eau potable. La superficie en acres en milieu rural est extrêmement intéressante, mais elle peut ajouter aux défis du transport. Les maisons en bois rond sont aussi très populaires, mais personne ne vous dit à quel point elles sont difficiles à isoler. Le bois rond rétrécit, le vent siffle dans les fissures et l'hiver en milieu rural peut être extrêmement désagréable. Si vous choi-

ssez le chauffage au bois, vous devrez l'acheter ou participer à la corvée annuelle de coupe du bois. Il faut aussi tisonner la braise à des heures indues. Quant à l'eau, un de mes collègues manque un nombre considérable d'heures de travail chaque hiver parce qu'il doit aller dans la cour dégeler les conduites avec un chalumeau. Un bon puits fiable et des conduites bien enfouies sont absolument nécessaires.

La vie dans une petite ville en hiver est un plus grand défi. Il est difficile de sortir parce que les chemins sont en mauvais état. Les jours sont courts et les nuits sont longues. Peu importe où vous allez, vous rencontrez vos patients partout. Il est difficile d'établir les limites entre la vie personnelle et la vie professionnelle. Si vous n'avez pas de vie privée, le travail vous consumera. Il est parfois très utile dans ces situations d'avoir le soutien de collègues plus chevronnés. Outre la communauté médicale locale, j'ai constaté que la communauté plus large des médecins en milieu rural de la SMRC est extrêmement utile. Les rencontres aux réunions et pendant les activités d'EMC, les articles pratiques, les anecdotes personnelles échangées dans le *JCMR* et les conseils téléchargés à *MedRurale* ont tous été utiles.

Nous sommes actuellement en pleine campagne de recrutement. Nous avons besoin de votre aide pour être efficaces et continuer d'aider les médecins en milieu rural à divers échelons. Si vous n'êtes pas membre, pensez à le devenir. Si vous l'êtes, j'espère que vous considérez que la collégialité dont nombre d'entre nous faisons l'expérience par l'intermédiaire de la SMRC est un ajout précieux à votre vie médicale.