

Editorial Éditorial



Changing fear

If you are afraid, change your way.

—Inuit proverb

Fear is part of many people's lives. Fears can be very personal—fear of becoming ill, fear of unemployment, fear of cancer, fear of disability, fear of loneliness, fear of death. Fears can be societal. Fears of global warming, destruction of the environment, terrorism, or war are increasingly prevalent in our society. Most of these fears are not new—they have been around a long time—but an atmosphere of fear is pervasive.

Fear sells books. Fear sells movies. Fear sells newspapers and magazines.

Today, even simple decisions are fraught with ethical and moral consequences. Will choosing a tuna-salad sandwich for lunch deplete the oceans? Will spraying my lawn for weeds today result in cancer in my children 50 years from now? Is the sparkling gem in my wedding ring a "blood diamond?" Fear. Fear. Fear.

What about family medicine? Many personal and societal fears have their roots in health concerns. Some of these fears seem insignificant, yet can have much larger repercussions. For example, many women fear the discomfort of having a Pap test. A small problem, perhaps, but these women might then avoid detection of cervical cancer.

As family physicians, we have fears about making the wrong diagnosis or prescribing the wrong therapy. I cannot biopsy every patient with nonalcoholic fatty liver disease, but what if I miss the patient who has steatohepatitis? Was I wrong to prescribe β -blockers for hypertension?

On a societal level, many fear that there will not be enough family physicians to go around. Or enough family medicine teachers. Others worry about the future of the Far North.

What can alleviate fear? Sometimes a better understanding. Sometimes new (or old) ways to address a problem. Sometimes simply acknowledging that fear exists. Changing your way.

I encourage you to leaf through this issue of *Canadian Family Physician*. A more comfortable Pap test ([page 835](#)). The latest on managing nonalcoholic fatty liver disease ([page 857](#)). More on β -blockers in hypertension ([page 800](#)). Innovative thinking about marketing family medicine to medical students ([page 793](#)). The importance of family medicine teachers ([page 881](#)). Voices of Inuvik youth ([page 865](#)). Plus articles on many other topics relevant to the practice of family medicine.

If you are afraid, change your way.

—Diane Kelsall MD MED CCFP FCFP
Editor

Changer la peur

Si vous avez peur, prenez un autre chemin.

—proverbe inuit

La peur fait partie de la vie. Les peurs peuvent être très personnelles: tomber malade, perdre son emploi, le cancer, la solitude ou la mort. Les peurs peuvent être sociétales. La peur du réchauffement planétaire, de la destruction de l'environnement, du terrorisme ou de la guerre est de plus en plus présente dans notre société, même si certaines ne datent pas d'hier.

La peur vend des livres, des films, des journaux et des revues.

Même des décisions simples posent des dilemmes moraux et éthiques. Choisir un sandwich au thon entraînera-t-il la disparition de l'espèce? Si j'arroso ma pelouse contre les mauvaises herbes, mes enfants auront-ils le cancer? La pierre précieuse de ma bague est-elle un «diamant de sang»? La peur!

Et que dire de la médecine familiale? Bon nombre des craintes personnelles et sociétales concernent la santé. Certaines de ces peurs semblent insignifiantes, mais ont des répercussions considérables. Par exemple, plusieurs femmes ont peur de la douleur associée au test de PAP. Un petit problème, peut-être, mais ces femmes se privent d'un dépistage du cancer du col.

En tant que médecins de famille, nous avons peur de poser le mauvais diagnostic ou de prescrire la mauvaise thérapie. Je ne peux pas faire une biopsie dans tous les cas de foie gras non alcoolique, mais qu'arrivera-t-il si je ne détecte pas le patient qui a une stéatohépatite? Avais-je tort de prescrire des bêtabloquants pour l'hypertension?

Sur le plan sociétal, bien des gens craignent qu'il n'y ait pas assez de médecins de famille ou d'enseignants en médecine familiale. D'autres se préoccupent de l'avenir du Grand Nord.

Peut-on atténuer la peur? Parfois par une meilleure compréhension, de nouvelles (ou d'anciennes) façons d'aborder un problème, en reconnaissant simplement que la peur existe. Prenez un autre chemin.

Je vous encourage à feuilleter *Le Médecin de famille canadien*. Un test de PAP plus confortable ([page 835](#)). Les plus récentes façons de prendre en charge la maladie du foie gras non alcoolique ([page 857](#)). Plus de renseignements sur les bêtabloquants pour l'hypertension ([page 802](#)). Des idées novatrices sur le marketing de la médecine familiale auprès des étudiants en médecine ([page 797](#)). L'importance des enseignants en médecine familiale ([page 880](#)). La voix des jeunes d'Inuvik ([page 864](#)). Et bien d'autres articles sur des sujets pertinents à la pratique de la médecine familiale.

Si vous avez peur, prenez un autre chemin.

—Diane Kelsall MD MED CCFP FCFP
Rédactrice