

Decalogo per dei giovani laureati in medicina

Testo richiestomi per il graduation book della promozione 2024

Cari e Care,

Grazie di avermi chiesto di indirizzarvi un messaggio per questo momento importante della vostra vita, e della mia. Ho pensato che la cosa migliore sarebbe stata una lista di principi che ho trovato particolarmente utili durante tutto l'arco del mio mestiere, o che ho scoperto tardi ma che avrei voluto conoscere prima.

Nel testo cito il nome dei Maestri ai quali devo i principi qui sotto. **Ne do una breve presentazione [qui](#).**

1. Cos'altro potrebbe essere?

La diagnosi differenziale è un muscolo che va esercitato ogni volta che arriverete a una diagnosi, ed esercitarlo vi eviterà errori.

Corollario: cercate sempre come prima spiegazione del peggioramento di un paziente le complicazioni del vostro intervento, è la vera maniera di non mancarle, soprattutto se diventerete chirurghi ([Stephen Large](#)).

2. Chiedetevi sempre cosa rende la malattia di quel paziente davanti a voi straordinaria ([Henri Bismuth](#))

Così non mancherete delle finestre di opportunità spesso strette, ma sono quelle per le quali i Pazienti vi danno la loro fiducia.

Corollario a): spesso saranno i Pazienti stessi a mostrarvi la via, se ascolterete e leggerete la loro storia con attenzione. Reciprocamente, ignorare una via puntata da un paziente o una famiglia, soprattutto quando le cose non vanno bene, non vi sarà perdonato.

Corollario b): anche nella ricerca, l'attenzione al dettaglio del singolo paziente è non solo doverosa, ma potrà mostrarvi una pista che altri non hanno visto ([Vincenzo Mazzaferro](#)).

3. Un'osservazione a priori non credibile presentata da una persona o da una tecnica credibile deve essere creduta

Sta a voi trovarne la spiegazione, e alla fine la si trova quasi sempre. È una regola che vi salva dallo scotomizzare elementi importanti.

4. La vita dei Pazienti è troppo preziosa e la vostra troppo corta per imparare solo dai vostri errori

Corollario a): soffermatevi su ogni cosa che è andata storta a voi o ad altri, e chiedetevne i perché in una sequenza di 5 volte ([Emanuele Dati](#)). Al primo perché toglierete lo sguardo dalla persona che avrebbe fatto l'errore, e ne vedrete in seguito le molteplici cause. Non tutte potrete risolverle (vedi punto 5), ma almeno le avrete capite.

Corollario b): l'analisi dell'errore (senza passioni) è l'unico trattamento accettabile per il senso di colpa.

5. Se vedi un problema e non fai niente per risolverlo, sei parte del problema (Gandhi)

Si applica meglio ai processi che alle persone. Va temperata riferendosi a Epitteto, che incitava a cercare di cambiare le cose che possiamo cambiare, ed accettare quelle che non possiamo cambiare, e da San Tommaso Moro che pregava affinché gli fosse concesso il senno di distinguere tra le due.

Corollario: quando affrontate un problema, pensate (anche) come lo risolvereste se occupaste il grado superiore di quello che occupate: è la maniera migliore per prepararvi.

6. La stanchezza sarà la vostra compagna di ogni giorno, e se decidete di NON fare una cosa, chiedetevi quanto questa pesi nella vostra decisione

Corollario: se vi chiedono di andare a vedere un paziente, andateci sempre. Se la persona che ve lo chiede è brava, andateci perché è brava. Se non è brava, andateci perché non lo è. Questa richiesta è stata in almeno due occasioni un momento decisivo della mia carriera.

7. Quando curate un Paziente, prendete il vostro ego e mettetelo in secondo piano

È un *esercizio* indispensabile nel curare i pazienti, ma si applica -in una certa misura - anche nella carriera. Ho enfatizzato l'elemento *attivo* dell' impegno perché questo comportamento non avviene naturalmente nei medici (come la compassione o la ricerca di nuove soluzioni, alle quali la nostra indole di curanti e la formazione ci predispongono), in particolare perché una certa dose di ego, tradotta in fiducia in voi stessi, vi aiuterà nel progredire.

Corollario a): quanto sopra vale anche per l'ego mortificato dall'aver fatto un errore: le cure a quest'ego mortificato sono energie distolte a cose più importanti (riferitevi invece al corollario b) del punto 4).

Corollario b): nessun paziente mi ha mai ringraziato di averlo curato da solo. Questo è un punto importante per i chirurghi, che tendono a voler mostrarsi all'altezza di ogni situazione (in particolare i maschi). Avrete sempre un Senior al quale chiedere consiglio o aiuto. È l'unica protezione contro *le cose che non sapete di non sapere*, il vero pericolo che vi attende.

8. Impegnatevi a creare benevolenza e fiducia attorno a voi

Sono delle materie prime del team nel quale lavorerete, non solo per la serenità ma anche per la qualità del lavoro di tutti.

Corollario: siate sempre in buona fede. La perdita di fiducia che viene dalla non sincerità è praticamente impossibile da recuperare.

9. Nelle scelte di vita importanti, le alternative possono essere tutte altrettanto buone (Irvin Yalom)

Arrivato a un bivio biografico, ho spesso molto rimuginato e sofferto pensando che, se una strada sarebbe stata quella buona, l'altra sarebbe stata necessariamente cattiva. No: sovente le due strade saranno entrambe buone, perché sarete voi a renderle tali. **Due corollari** (Henri Bismuth):

Corollario a): scegliete la strada nella quale imparerete di più, anziché quella che vi sembra meglio spianata per la carriera.

Corollario b): a un certo punto, smettete di cercare il posto ideale per voi, per fare di quello che già occupate il posto ideale per voi.

Quando sarete abbastanza avanti nella carriera, i corollari (a) e (b) potrebbero entrare in tensione tra loro. Allora riferitevi alla regola principale: entrambe le scelte saranno buone.

10. Le uniche figure per le quali siamo insostituibili sono i nostri figli

I figli saranno la vera scelta irreversibile della vostra vita, e il tempo dedicato ai figli è probabilmente l'investimento più importante per la loro e la vostra felicità. Questo tempo rischia di filarvi tra le dita lavorando a impegni più urgenti, ma quasi mai più importanti; deve essere protetto da scelte attive, quotidiane e sostenute nel tempo (la dimostrazione per me è stata la loro educazione musicale: mi è successo di farmi rimpiazzare durante un trapianto per accompagnarli a una lezione, applicando la regola 7).

Quanto sopra vale anche con i vostri partner, che apprezzeranno, tra l'altro, la vostra affidabilità negli impegni per la famiglia ([Michele Ghielmini](#)).

Corollario: L'importanza che si dà alle cose si vede da quelle alle quali si rinuncia per farle. Sarà da tenere presente a tutti i gradi del vostro percorso, ma in particolare quando sarete diventati dei modelli di ruolo.

Ecco quello che vi mando per aiutare voi stessi e le vostre famiglie, due entità che spesso vi troverete aver messo seconde, dopo i pazienti, nella vita che avete scelto. Con tutto il bene che vi voglio.

Vostro,
PMH

Lugano, *Graduation day*, 30.11.2024

P.S. Terrò una versione aggiornata di questo testo in una pagina sul sito maino.ch