

Un mois sans alcool – Quel rôle pour les médecins généralistes ?

Le repérage et l'intervention précoce en pratique

Xavier Aknine Médecin Généraliste à Paris.

Animateur de MG Addictions

Rôle et place du Médecin Généraliste

- Acteur de premier recours
- Facilement accessible – délais de RV très courts .
- Connaissance globale de la personne : situation familiale , socio-professionnelle , ATCD médicaux , environnement , habitus
- Disponibilité , qualités habituelles d'écoute , d'empathie et pragmatisme dans le suivi de du patient / maladies chroniques .
- Tous ces atouts font du MG un acteur privilégié pour le repérage de la consommation d'alcool et l'intervention précoce
- Mais ... à certaines conditions

Repérage et Intervention précoce

- Déconstruire les représentations stigmatisantes / personnes ayant un usage à risque d'alcool : sans volonté – peu fiables ...
- Libérer la parole sur les effets positifs recherchés par la personne : anxiolytique – désinhibant – dopant – ne pas penser ...
- Aborder de manière systématique le sujet de l'alcool comme une question de santé au même titre que le tabac , la sédentarité , l'alimentation , le sommeil ...
Lors d'une demande de bilan, de certificat de non contre-indication au sport ou de contraception.

Repérage et intervention précoce

- Mais aussi lors de consultations motivées par des problèmes somatiques : fatigue - troubles du sommeil – HTA – tremblements ou par des évènements de vie : – retrait du permis de conduire – conflits conjugaux – absences au travail.
- Considérer les patients ayant un trouble d'usage de l'alcool comme des personnes à la recherche de solutions pour affronter la réalité ou gérer leurs émotions.
- Attitude de neutralité bienveillante et empathique du MG face au patient qui se confie sur sa consommation d'alcool.

Repérage et intervention précoce

- Prendre le temps de l'évaluation – ne pas chercher trop vite à induire un processus de changement.
- Sécuriser les consommations : répartition de la consommation dans la journée.
- Informer sur les risques bio- psycho-sociaux. Parler de la stéatose hépatique qui apparaît précocément.
- S'affranchir des normes d'usage : bon usage / mauvais usage en d'intéressant à la manière de boire de la personne.

Repérage et intervention précoce

- Négocier des objectifs de réduction des risques.
- Respecter le choix des patients.
- Prendre en compte leur rythme et leur cheminement.
- Inscrire l'accompagnement dans la durée.

Orientation des patients vers les structures spécialisées.

- La situation de certains patients peut nécessiter une orientation vers un CSAPA en vue d'un accompagnement pluri-disciplinaire.
- Mais cela ne peut se décider qu'après une phase d'évaluation approfondie et une explication des modalités de l'accompagnement en CSAPA.
- Une orientation trop rapide donnerait au patient le sentiment qu'on se débarrasse de lui et d'être ballotté entre les soignants.
- Un courrier du médecin est indispensable, doublé si possible d'un appel téléphonique au CSAPA pour informer de la situation et vérifier la possibilité d'accueillir de nouveaux patients.

Les limites du RPIB

- Le RPIB présente l'avantage de parler de l'alcool comme d'autres sujets impactant la santé : le stress, sommeil, poids, exercice.
- Mais il comporte aussi des limites le rendant peu efficient en termes de Réduction des Risques :
- L'évaluation liée au RPIB est surtout quantitative.
- Il ne permet pas d'apprécier les bénéfices et fonctions de l'alcoolisation.
- L'objectif pré-défini d'une réduction de la consommation revient à en faire un nouveau dogme, pas plus pertinent que celui de l'abstinence.
- Il incite à orienter précocément les personnes dépendantes vers le dispositif spécialisé alors que les MG ont un rôle majeur à jouer dans l'accompagnement et la sécurisation des consommations.

Intérêt de la campagne : un mois sans alcool

- Echo grandissant en France de la campagne du Dry January au fil des années depuis 2020.
- Elle mobilise des millions de personnes souhaitant s'interroger sur leur consommation d'alcool et faire une pause après les fêtes de fin d'année.
- Large couverture médiatique et engagement sur les réseaux sociaux.
- Evoquer ce défi en consultation en amont de la campagne peut permettre un échange avec le patient , de recueillir son point de vue et son expérience pour l'intégrer au processus d'accompagnement.

Conclusion

- Place et rôle essentiel du MG pour le repérage et une intervention précoce en cas de consommation d'alcool mais non automatique.
- Elle suppose d'être disponible et à l'écoute.
- déconstruire les représentations stigmatisantes visant les personnes ayant un usage à risque de l'alcool.
- libérer la parole sur les effets positifs de l'alcool.
- Prendre le temps de l'évaluation et d'inscrire l'accompagnement du patient dans la durée.
- Ne pas vouloir l'orienter trop rapidement vers le dispositif spécialisé.
- La préparation du Dry January peut s'intégrer utilement dans cet accompagnement.