

Offre de soins
en Psychiatrie



Conduites addictives et processus de changement

Christophe Lançon



... Conduites addictives et processus de changement

L'addictologie emprunte son savoir à de nombreux champs : épidémiologie, médecine, neurosciences, psychiatrie, psychologie, santé publique, sociologie, etc., sans en écarter aucun. C'est une discipline médicale qui met la notion de « prévention » (des risques et des dommages) au centre de son attention, faisant de la personne engagée dans une conduite addictive un sujet a priori responsable et compétent.

Elle s'appuie pour cela sur la capacité des personnes concernées à trouver en elles-mêmes les ressources suffisantes pour gérer certaines conduites à risques pour leur santé et affronter les complications qui en découlent (psychiques, somatiques, sociales, etc.). Elle a pour sujet n'importe quel individu, sorte de « monsieur ou madame Tout-le-monde », en prise avec des conduites de recherche de plaisir ou d'apaisement des souffrances. Dans certains cas, cet homme « commun » se trouvera confronté à de profondes modifications biologiques et psychologiques. Cet état est appelé dépendance ou addiction pour les auteurs anglo-saxons. Il ne s'exprime pas de manière continue, même s'il est définitif chez certains.

L'objectif principal de ce livre est de fournir les connaissances de base aux personnes voulant avancer dans la clinique de l'addictologie, indispensables pour aider les personnes confrontées aux risques inhérents aux conduites addictives. L'auteur n'a pas l'ambition de former ici des « spécialistes en addictologie » mais plutôt de sensibiliser les cliniciens à la pratique des soins en addictologie. Se voulant avant tout pratique, le livre est centré sur le difficile équilibre entre recherche de plaisir et notion de santé.

**Christophe Lançon est professeur des Universités et praticien hospitalier.
Il est chef du Service hospitalo-universitaire de psychologie médicale,
de psychiatrie et d'addictologie, Hôpital Sainte-Marguerite, Marseille**

Conduites addictives et processus de changement

Conduites addictives et processus de changement

| Christophe Lançon

Christophe Lançon est professeur des universités et praticien hospitalier ; chef du service hospitalo-universitaire de psychologie médicale, de psychiatrie et d'addictologie, Hôpital Sainte-Marguerite, Marseille.

Collection : L'Offre de soins en psychiatrie
Directeur de collection : Thierry Tremine



ISBN : 978-2-7420-1108-7

Éditions John Libbey Eurotext

127, avenue de la République

92120 Montrouge, France

Tél. : 01 46 73 06 60

e-mail : contact@jle.com

<http://www.jle.com>

Éditrice : Anne Chevalier

© John Libbey Eurotext, 2013

Il est interdit de reproduire intégralement ou partiellement le présent ouvrage sans autorisation de l'éditeur ou du Centre Français d'Exploitation du Droit de Copie (CFC), 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris.

Sommaire

• Préface	VII
• Avant-propos	IX
• Introduction	XI
1 • Histoire et société	1
2 • Définitions et caractéristiques des addictions	9
3 • Préalable à toute prise en charge	21
4 • Guide d'entretien en addictologie	29
5 • Les stades du changement	35
6 • L'entretien et les interventions motivationnels	41
7 • De la prévention des dommages à la prévention des rechutes	49
8 • L'exemple du tabac	55
9 • L'exemple de l'alcool	67
10 • L'exemple des opiacés	73
11 • L'addiction et les comorbidités psychiatriques	85
12 • Points à retenir	95
• Pour en savoir plus/bibliographie	99

Préface

Christophe Lançon, professeur de psychiatrie à Marseille, est l'un de nos meilleurs spécialistes en addictologie. Loin des théories ou querelles d'école, il nous livre dans cet ouvrage des réflexions nées de la pratique directe du soignant, d'un praticien confronté aux réalités de ce domaine si complexe de la psychiatrie. Être psychiatre exige d'acquérir un mélange exceptionnel de compréhension de l'humain et de connaissances scientifiques.

Seul celui qui sait beaucoup peut expliquer simplement. Avec distance, un ton serein et avec pédagogie, l'auteur déroule son propos tout au long des 12 chapitres comme s'il s'adressait à chacun d'entre nous, comme si nous étions de fait directement concernés, et ce n'est pas le moindre intérêt du livre. Les données cliniques et les modalités des prises en charge (auxquelles l'auteur nous sensibilisera) sont présentées sous l'éclairage d'une approche humaine : le patient nous apparaît dans toute sa singularité. Christophe Lançon nous aide à comprendre les différentes étapes du processus addictif qui va de l'usage au mésusage, puis à l'entrée dans le syndrome, une maladie chronique à rechutes : chaque parcours est particulier à chaque sujet. Il nous est rappelé qu'à son début, la consommation relève d'une réalité complexe : elle n'est pas dénuée de plaisir, voire d'effets bénéfiques, peut avoir un effet d'automédication de symptômes nés de situations personnelles difficiles, ou enfin refléter un trouble des capacités d'autorégulation. Avec la personne et son histoire, la drogue et son pouvoir addictogène, il y a l'environnement personnel et aussi culturel. L'auteur insiste sur le rôle du psychiatre qui se doit de déceler tous les facteurs de vulnérabilité et les comorbidités possibles. Il nous est livré des pages éclairantes sur la spécificité et la complexité de la prise en charge au travers du colloque singulier.

Cet ouvrage n'est pas qu'utile, il est nécessaire. Il s'adresse à une large audience, large comme l'est le phénomène de société des consommations de substances licites (ce qui nous est dit sur le tabac est enrichissant) et illicites, et celui, plus récent, mais aussi inquiétant, des addictions sans substances (écrans, jeux, etc.). Il s'adresse bien évidemment aux professionnels en addictologie mais également aux éducateurs et enseignants qui se doivent de mieux comprendre et appréhender des

phénomènes qu'ils côtoient. De fait, il sera lu avec intérêt par tous car nous sommes sollicités en permanence par des informations trop souvent imprécises, voire inexactes. Le dernier chapitre, « Idées reçues, contre-vérités et points à retenir » devrait être diffusé à grande échelle.

J'émet un souhait, que le travail du professeur Lançon soit également lu par les chercheurs et scientifiques du domaine, trop éloignés dans leur laboratoire, hélas, d'une réalité essentiellement humaine, donc complexe.

Professeur Michel Le Moal
Neurocentre Magendie, Bordeaux

Avant- propos

L' addictologie est une discipline médicale reconnue depuis peu en France. Sa pratique est encore cloisonnée entre plusieurs « écoles » et courants de pensée. Les « alcoologues », « tabacologues », « toxicologues » et tant d'autres ont encore trop souvent des pratiques centrées sur les substances psychoactives, leurs usages et leurs effets. C'est l'héritage d'une médecine préoccupée par l'intoxication (ses risques et dommages) proposant le sevrage comme seul traitement. Pourtant, depuis fort longtemps, cette vision des soins a montré ses limites et ses dangers, tant dans la compréhension des phénomènes addictifs que dans leur prise en charge. L'addiction ne peut se résumer à une maladie et encore moins à une intoxication ; le sevrage n'en constitue pas le traitement essentiel. L'addictologie est avant tout une discipline centrée sur certaines conduites de plaisir et leurs conséquences pour la santé. Ces conduites sont principalement motivées par la satisfaction du désir. Malheureusement, elles deviennent parfois problématiques et/ou nuisibles pour la santé. C'est essentiellement par la prise en compte conjointe des notions de plaisir et de santé que la clinique addictologique s'inscrit en rupture avec la médecine « classique » et la psychopathologie.

L'addictologie emprunte son savoir à de nombreux champs : épidémiologie, médecine, neurosciences, psychiatrie, psychologie, santé publique, sociologie, etc., sans en écarter aucun. C'est une discipline médicale qui met la notion de « prévention » (des risques et des dommages) au centre de son attention, faisant de la personne engagée dans une conduite addictive un sujet *a priori* responsable et compétent.

Elle s'appuie pour cela sur la capacité des personnes concernées à trouver en elles-mêmes les ressources suffisantes pour gérer certaines conduites à risques pour leur santé et affronter les complications qui en découlent (psychiques, somatiques, sociales, etc.). Elle a pour sujet n'importe quel individu, sorte de « monsieur ou madame Tout-le-monde », en prise avec des conduites de recherche du plaisir ou d'apaisement des souffrances. Dans certains cas, cet homme « commun » se trouvera confronté à de profondes modifications biologiques et psychologiques. Cet état est appelé

dépendance ou *addiction* par les auteurs anglo-saxons. Il ne s'exprime pas de manière continue, même s'il est définitif chez certains. La plus grande difficulté face à l'état de dépendance est la question des rechutes et non celle de l'arrêt et/ou du sevrage.

L'objectif principal de ce livre est de fournir les connaissances de base aux personnes voulant avancer dans la clinique de l'addictologie, indispensables pour aider les personnes confrontées aux risques inhérents aux conduites addictives. L'auteur n'a pas l'ambition de former ici des « spécialistes en addictologie » mais plutôt de sensibiliser les cliniciens à la pratique des soins en addictologie. Se voulant avant tout pratique, le livre est centré sur le difficile équilibre entre recherche de plaisir et notion de santé.