

Les Journées de la SFA

13 mars 2020



Evaluation du programme

L'envoie

Dr Romain GOMET, Créteil



L'abstinence sinon rien ?

- o Lutter contre le mésusage d'alcool : enjeu de santé publique
 - ↓ consommations mais ↑ binge-drinking
 - 37% de consommateurs à risque
 - 41000 décès annuels (7% des décès des > 15 ans)
 - 2^{ème} facteur de risque évitable (après le tabac)
 - Des risques pour les autres (1/3 des accidents mortels, des agressions et des viols)

L'abstinence sinon rien ?

- o Lutter contre le mésusage d'alcool : enjeu de santé publique

- o Une entrée dans les soins limitée par le dogme de « l'abstinence sinon rien »
 - Seuls 8% des TLU d'alcool sont traités
 - Peu de patients en parlent (< 1/4)

 - Par crainte de devoir arrêter totalement (2^{ème} cause)
 - 46% des patients entrant dans les soins ont un objectif de réduction
 - 51,4% des addictologues ne considèrent pas la consommation contrôlée comme un objectif acceptable

1. Kohn R, Saxena S, Levav I, Saraceno B. The treatment gap in mental health care. Bull World Health Organ. 2004 Nov ; 82 (11) : 858-66

2. Adamson SJ, Seliman JD. Drinking goal selection and treatment outcome in our-patients with mild-moderate alcohol dependence. Drug Alcohol Rev 2001 ; 20 (4) : 351-59

3. Luquiens A, Reynaud M, Aubin HJ. Is controlled drinking an acceptable goal in the treatment of alcohol dependence? A survey of French alcohol specialists. Alcohol Alcohol. 2011 Sep-Oct ; 46 (5) : 586-91

La consommation contrôlée : une alternative pertinente ?

POUR

CONTRE

- Certaines situations imposent l'abstinence (grossesse, maladies ou traitements...)

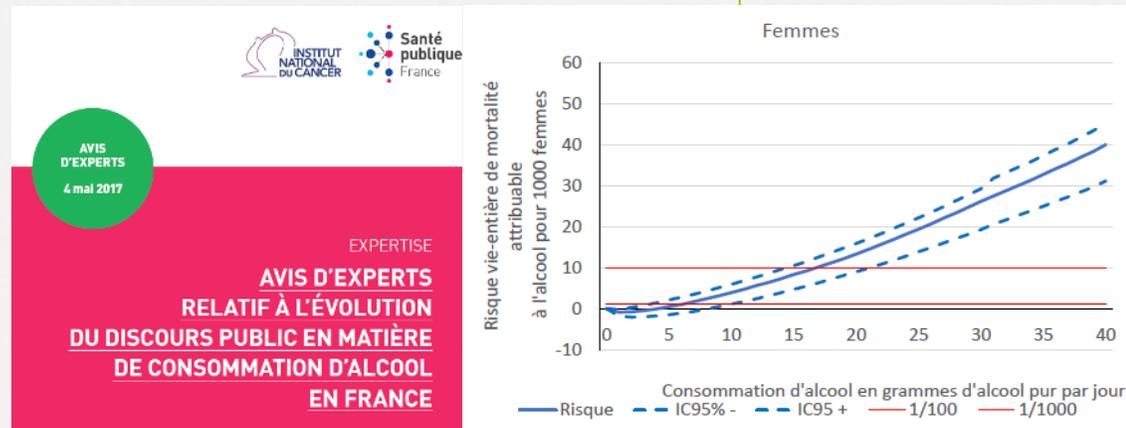
La consommation contrôlée : une alternative pertinente ?

POUR

- Méthode efficace pour diminuer les risques

CONTRE

- Certaines situations imposent l'abstinence (grossesse, maladies ou traitements...)



La consommation contrôlée : une alternative pertinente ?

POUR

- Méthode efficace pour diminuer les risques
- Aussi efficace que l'abstinence
- Résultats perdurables à 5 ans
- Meilleure qualité de vie à 3 ans
- Accepter l'objectif du patient donne de meilleurs résultats que la coercition
- Un objectif en soi ou une étape renforçatrice sur le chemin de l'abstinence

CONTRE

- Certaines situations imposent l'abstinence (grossesse, maladies ou traitements...)

1. Adamson SJ1, Heather N, Morton V, Raistrick D; UKATT Research Team. Initial preference for drinking goal in the treatment of alcohol problems: II. Treatment outcomes. Alcohol Alcohol. 2010 Mar-Apr ; 45 (2) : 136-42

2. Dawson DA1, Grant BF, Stinson FS, Chou PS, Huang B, Ruan WJ. Recovery from DSM-IV alcohol dependence: United States, 2001-2002. Addiction. 2005 Mar;100(3):281-92

3. Wild TC. Social control and coercion in addiction treatment : towards evidence-based policy and practice. Addiction. 2006 Jan ; 101 (1) : 40-9

4. Dawson DA, Li TK, Chou SP, Grant BF. Transitions in and out of alcohol use disorders. Alcohol Alcohol. 2009 Jan-Feb ; 44 (1) : 84-92

La consommation contrôlée : une alternative pertinente ?

POUR

- Méthode efficace pour diminuer les risques
- Aussi efficace que l'abstinence
- Résultats durables
- Meilleure qualité de vie
- Accepter l'objectif du programme donne de meilleurs résultats que la coercition
- Un objectif en soi ou une récompense renforçatrice sur le chemin de l'abstinence

CONTRE

Certaines situations imposent l'abstinence (grossesse, maladies ou traitements...)



Problématique

- Une offre de soin limitée aux consultations individuelles
- Efficacité des groupes de TCC en addictologie
- Peu de travaux étudiant ce type de groupe dans un contexte de réduction des risques



L'envoie

- o Programme de TCC mis au point en 2016
 - o 8 séances hebdomadaires de 2h en groupe + 1 feedback à 1 mois
- Education thérapeutique
 - Stratégies TCC de réduction des consommations
 - Affirmation de soi
 - Méthodes de relaxation / pleine conscience
 - Travail personnel entre chaque séance (agenda, cahier d'exercices)

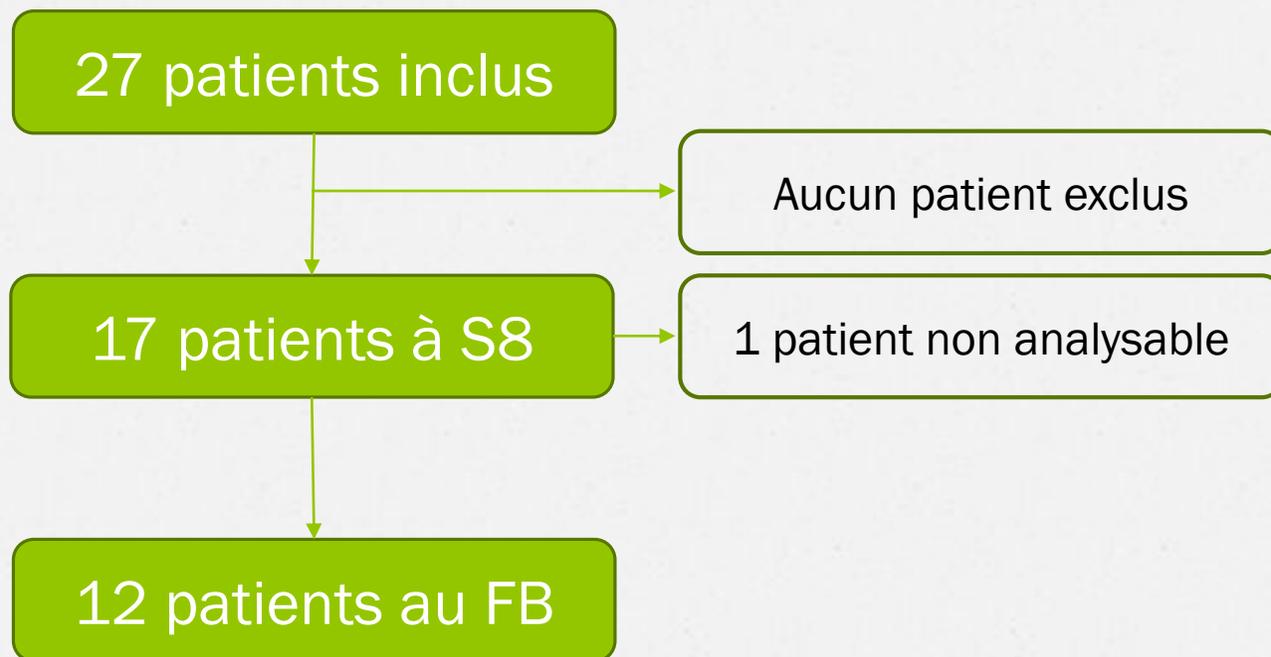


Matériels et méthodes

- Objectif : évaluer le programme *L'envole*
- Evaluation en pré-inclusion : AUDIT, BDI, BEARNI...
- Auto-évaluation à S1, S8 et feedback : CDA, OCDS, échelle numérique évaluant la motivation, la confiance en soi, la satisfaction...
- Analyse statistique des données en univariée grâce au test t de Student pour données appariées

Matériels et méthodes

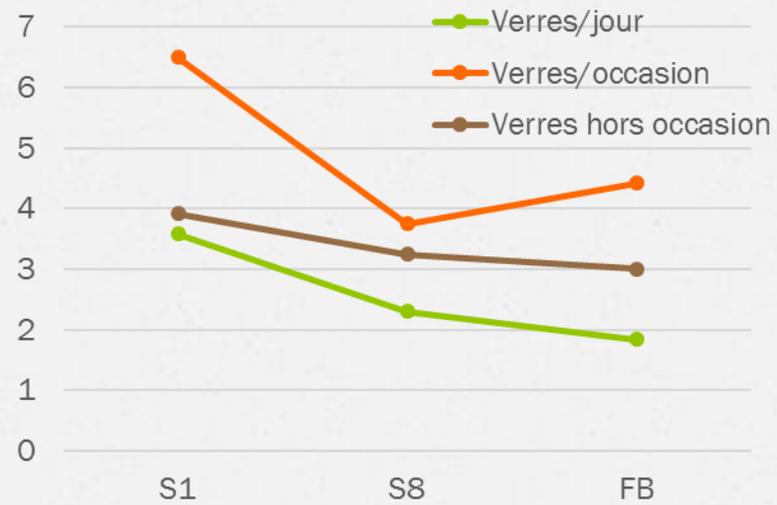
o 4 groupes :



Résultats

Critère	S1	S8	p	IC95%
Verres / jour	4,36	2,89	0,049	[0,002 ; 2,95]
Verres / occasion	7,19	4,50	0,0026	[1,35 ; 5,27]
Verres hors occasion	5,00	3,50	0,038	[0,097 ; 2,9]
Score OCDS	18,12	13,76	0,00014	[2,68 ; 6,57]
EN confiance	6,18	7,12	0,01	[-1,73 ; -0,27]

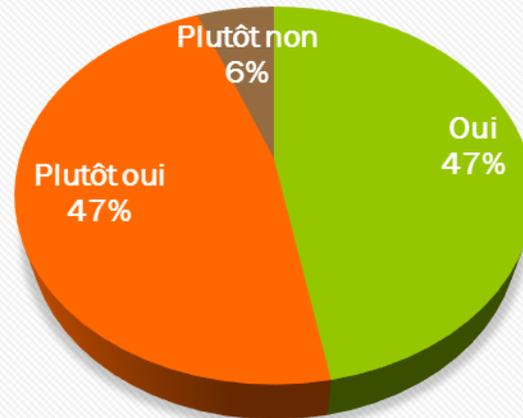
Résultats



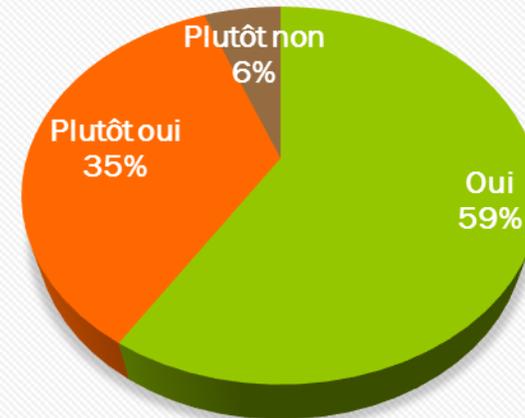
Résultats

Degré de satisfaction moyen : 8,12/10 (S8) et 8,92/10 (FB)

Atteindre ses objectifs



Maintenir ses objectifs



Conclusions & perspectives

- o TCC en groupe efficace pour réduire les consommations, le craving et améliorer la confiance des patients
- o Evolution des séances du programme *l'envol*
- o Utilisation au cours d'un HDJ de réduction des risques
- o Etude contrôle pour en vérifier l'efficacité
- o Feedback à 6 mois

MERCI DE VOTRE ATTENTION

Livres

Je maîtrise ma consommation d'alcool
Romain Gomet
Ellipses, Paris, 2019, 160 pages
ISBN 978 2 340 3009 1



C'est parce que je connais bien les qualités cliniques de notre collègue, le Dr Romain Gomet, que j'ai lu son ouvrage. Je dois dire en toute sincérité que j'ai été vraiment séduit par sa capacité à s'adresser de façon accessible, agréable, et je pense efficace, aux personnes souffrant d'un trouble de l'usage d'alcool. Il leur propose dans ce "manuel" (ou manuel d'auto-traitement, je ne sais pas trop comment on qualifie ce type d'ouvrage en français) un vrai programme pratique pour changer leur consommation d'alcool, que ce soit en vue de l'abstinence ou en vue d'une seule réduction de la consommation.

Je trouve dans cet ouvrage un bon équilibre entre information factuelle sur l'alcool et la maladie alcoolique et accompagnement pratique pour gérer un changement de consommation. Le lecteur est invité à explorer les situations associées à la prise d'alcool, les effets recherchés et finalement à confronter les données épidémiologiques, réduction des affects dépressifs, analyse, effet hypnotique, compensation de l'ennui, amélioration des performances intellectuelles, phobiques, sociales... aux effets réels de la prise d'alcool. Il lui est proposé d'évaluer l'importance de la consommation et de prendre conscience des

Alcoolisme et Addictologie, 2019, 41 (4) - 609-613

risques associés : somatiques, relationnels, professionnels, financiers, juridiques, cognitifs... L'impact de la consommation d'alcool sur les performances cognitives est particulièrement bien fait, avec la proposition de quelques tests simples permettant l'auto-évaluation de la mémoire de travail, de la capacité d'attention, de la flexibilité mentale et de la capacité de planification. Les facteurs de vulnérabilité, ainsi que les mécanismes de l'évolution vers la perte de contrôle et la dépendance (conditionnement, renforcement, besoin, manque) sont très bien présentés.

D'une façon générale, j'ai beaucoup apprécié le style adopté par le Dr Gomet, clairement centré sur l'expérience du lecteur : "Pourquoi moi plus qu'un autre ?". "Si mon environnement dans tout ça ?". "Est-ce que je bois trop ?". "Suis-je vraiment dépendant ?". À noter également quelques citations d'actualité : "Le changement, c'est maintenant !".

Le Dr Romain Gomet a mis son expérience des thérapies cognitivo-comportementales et l'entretien motivationnel au service des personnes souffrant d'un trouble de l'usage d'alcool. Vous avez compris que je pense que cet ouvrage peut être conseillé à nos patients comme complément de travail que l'on peut faire avec eux, notamment quand ils ne sont pas disponibles pour s'engager dans un travail psychothérapeutique approfondi en face à face ou en groupe. Et si vous particulièrement utile aux personnes qui ne vont tout simplement pas vers les professionnels de santé pour leur problème avec l'alcool.

Hervé Jean Aubin



The Voice of Addiction saison 3



Emmanuelle Peyret



Olivier Cottencin



Laurent Karila



Congrès de l'Albatros (10-12 Juin)
Grand prix spécial addictologue junior (< 10 ans post DES, DESC ou capacité d'addictologie)



Soumission avant le 14/04