

LE BULLETIN MÉDICAL D'AFRIQUE

INTERVIEW :

DITES MOI DOCTEUR...

*PARLONS DE L'ALCOOLISME ET SES
CONSÉQUENCES SUR LA SANTÉ*



Bonjour Dr et merci d'accorder cette interview au Bulletin Médical d'Afrique.

1. BMA : Pouvez-vous vous présenter en quelques mots à nos lecteurs ?
(nom, prénom, spécialité, lieu d'exercice, années d'ancienneté dans le métier, etc.)

Réponse du Docteur :

Je suis le Docteur Stéphane TALOM, spécialiste en Hépatogastro-entérologie et addictologie clinique. J'exerce en France depuis quelques années déjà et cela me fera dix ans d'ancienneté, cette année, dans la profession.

2. BMA : Nous allons aujourd'hui parler avec vous d'une thématique très particulière : l'alcoolisme et ses conséquences sur la santé. Ma première question est la suivante : Quand dit-on qu'une personne est alcoolique ?

Réponse du Docteur :

« Alcoolique » est un terme générique que je n'aime pas bien car assez péjoratif. Parlons plutôt de personne alcoolodépendante.

L'alcoolodépendance peut se définir finalement comme un état d'alcoolisation chronique dans lequel on perd le contrôle de sa consommation et on ne boit plus de l'alcool à ce moment pour rechercher un bénéfice quelconque, mais au contraire pour éviter des signes de manque.

Une notion tout de même importante à savoir : l'alcoolisation à risque est définie par l'OMS comme le dépassement des seuils d'alcoolisation qui sont de 3 verres standard d'alcool chez l'homme, et 2 verres chez la femme sans jamais boire plus de 4 verres par occasion.



3. Sur le plan épidémiologique, quelle est la prévalence des maladies liées à l'alcoolisme dans le monde et en Afrique ?

Réponse du Docteur :

La Région africaine est confrontée au phénomène croissant de l'usage nocif de l'alcool, alors qu'elle ne dispose pas de mécanismes appropriés pour faire face à cette situation. De façon générale, un rapport de l'OMS en 2014 sur les maladies liées à l'alcool relevait que sur tous les décès recensés dans le monde, l'alcool en représentait 5,9 % via ses conséquences sur la santé. En comparaison, sur la même période les décès liés au VIH/SIDA ne représentent 2,8%, et la tuberculose que 1,7%. C'est dire l'importance de la problématique alcool qui est responsable de plus de 200 maladies (Sources OMS 2014) dont je vous épargnerai le listing. Pour répondre plus spécifiquement à votre question, la prévalence des maladies liées à l'alcool est de 3,3 % en Afrique, contre 6,0 % aux USA et 7,5 % en Europe par exemple (OMS, 2010).

4. On a récemment beaucoup entendu parlé d'un nouveau mode de consommation très prisé chez les jeunes : le Binge drinking. Qu'est-ce que c'est ? Et quels sont les dangers de cette pratique ?

Réponse du Docteur :

Le Binge Drinking consiste à atteindre l'ivresse le plus rapidement possible. Les seuils sont de quatre verres ou plus d'alcool en moins de deux heures pour une fille et cinq pour un garçon, mais les consommations sont en général beaucoup plus importantes.

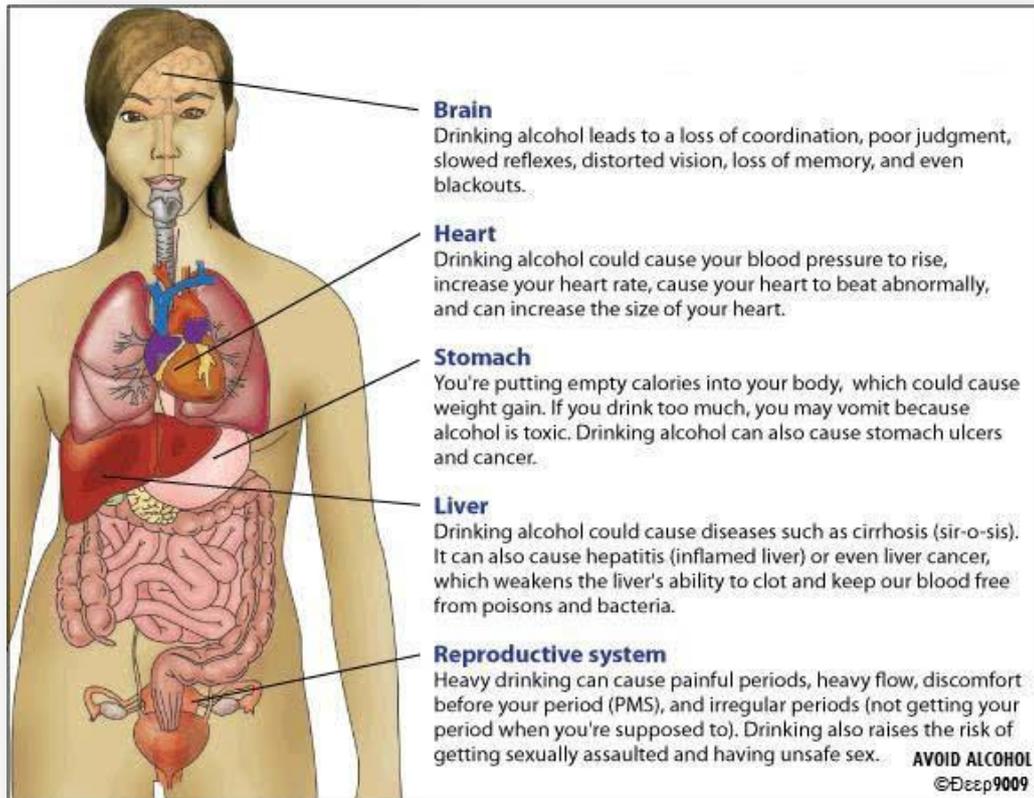


En France, la moitié des jeunes de 17 ans ont pratiqué le binge drinking au cours des trente derniers jours et ce phénomène ne cesse d'augmenter. Cette pratique a pourtant des conséquences néfastes sur la santé des adolescents (diminution des capacités d'apprentissage et de mémorisation à long terme, impulsivité accrue, impact sur l'apprentissage des émotions, l'anxiété et l'humeur) et augmente les risques de dépendance par la suite.

5. BMA: Quels sont les principales complications, à long terme, d'une consommation abusive d'alcool ?

Réponse du Docteur :

Les complications sont nombreuses et surtout très diverses, allant de la classique cirrhose jusqu'aux complications souvent méconnues comme des atteintes neurologiques, psychiatriques ou encore cardiaques. Je ne puis oublier les cancers de la bouche, du pharynx, œsophage, colorectal, foie, larynx et sein pour lesquels l'alcool fait partie des facteurs de risques au premier plan.



6. BMA : Quels sont les moyens dont dispose la médecine pour aider les patients qui désirent se détacher de cette addiction ?

Réponse du Docteur :

La prise en charge est à adapter en fonction de l'atteinte de chaque patient. Elle se base sur des moyens médicamenteux qui ont pour but soit de consolider l'abstinence, soit de diminuer la consommation. Des thérapies de soutien telles la psychothérapie, la sophrologie, l'art thérapie, la thérapie cognitivo-comportementale ou bien d'autres sont aussi utiles selon le profil de chaque patient.

7. BMA : En Afrique sub-saharienne, l'alcoolisme représente un véritable problème de santé publique teinté d'enjeux économiques. Quels sont, selon vous, les leviers essentiels sur lesquels les autorités de santé publique devraient agir pour réduire l'ampleur de ce phénomène sur le continent ?

Réponse du Docteur :

Les mesures pour se sortir du joug de l'alcool, sont diverses et nos gouvernements africains peuvent enclencher des mesures pour enrayer ce phénomène qui est un tueur en série pour nos familles.

On peut proposer des pistes de réflexions telles : Suppression des publicités audio visuelles et presses liées à l'alcool, interdiction de vente d'alcool aux enfants mineurs, contrôle d'alcoolémie au volant et par la médecine du travail. Ou encore, augmentation des prix de vente de l'alcool avec une partie des revenus consacrée aux soins des malades alcooliques. Mais finalement, toutes ces

mesures sont dérisoires sans l'aide d'économistes de la santé, d'acteurs de la santé publique ou encore d'une prise de conscience collective sur la nocivité de l'alcool dans des pays où malheureusement l'alcool est facteur de socialisation ou de réussite.

Je finirai par dire qu'un travail statistique rigoureux, pourrait permettre déjà de faire le point de la situation, car selon l'OMS une proportion d'environ 50 % de l'alcool consommé dans la Région n'est pas comptabilisée; cette consommation comprend les produits fabriqués localement ainsi que les boissons ramenées dans les pays par les voyageurs et les boissons introduites en fraude à des fins commerciales



8. BMA : Quel autres conseils pourriez-vous donner aux patients alcooliques et à leur entourage pour les aider à se détacher de manière définitive de cette addiction ?

Réponse du Docteur :

Il n'existe malheureusement pas de formule miracle pour se débarrasser de sa dépendance à l'alcool. C'est donc là, le travail de l'addictologue qui va adapter une solution.

La solution repose sûrement sur plusieurs facteurs : La personnalité de l'individu dit « addict », sa reconnaissance du problème, sa motivation à s'en sortir et la capacité à envisager la vie sans alcool.

Malheureusement pour les proches, c'est seulement quand les complications de l'alcoolisme surviennent, qu'ils se rendent vraiment compte du problème. Les signes avant-coureurs peuvent être multiples : une personne qui consomme de l'alcool au-dessus des normes OMS est à risque. Une autre qui a besoin d'alcool pour « se sentir bien » est aussi à risque. Une fois le diagnostic d'alcoolisme posé, le mieux que les proches puissent faire c'est être présents, empathiques sans porter de jugement ; la dépendance à l'alcool est avant tout une maladie chronique

9. BMA : Nous avons coutume, afin de susciter des vocations chez nos lecteurs, de poser en fin d'interview une question sur le métier de médecin.
Alors, docteur, dites-nous, si vous aviez devant vous un jeune africain qui souhaite se lancer dans des études de médecine, et qu'il vous demande trois points positifs et trois points négatifs de ce métier, que lui répondriez-vous ?

Réponse du Docteur :

Le premier point positif de ce métier est sûrement le plaisir d'apporter de l'aide aux personnes souffrantes. Les deux autres points que je peux citer se confondent dans le sentiment d'appartenir à une grande famille scientifique

Les « moins » de ce métier c'est sans aucun doute, la durée des études (10 ans en moyenne), l'interminable mise à jour quasi quotidienne qu'il faut se forcer à faire

pour rester « compétitif », et l'emploi du temps du médecin (on sait quand ça commence, jamais où se trouve la fin)

10. BMA : Un dernier mot à l'attention des confrères qui nous lisent ?

Réponse du Docteur :

L'addictologie est une spécialité qui souffre encore d'un manque de professionnels qualifiés et seulement 8 % des personnes dépendantes à l'alcool bénéficient d'une prise en charge adéquate.

Il faut pratiquement toujours avoir le réflexe du dépistage et du repérage d'une consommation abusive ou nocive de l'alcool chez tous nos patients.

Merci beaucoup Docteur d'avoir accepté de répondre à nos questions.

