



ALCOOL, DROGUES, BOULIMIE... : COMMENT SORTIR DES ADDICTIONS ?

vendredi 04 mars 2011
de 11h00 à 12h00

Avec Dr Annie RAPP, psychiatre et psychothérapeute (Tchat organisé en partenariat avec le magazine Sciences et Avenir)

La dépendance à l'alcool est encore prise pour une mauvaise habitude, une faiblesse, pis une tradition conviviale, et non comme une maladie. Et quand les alcooliques sont pris en charge, les cures se soldent souvent par un échec. Que propose la médecine ? Les autres formes d'addictions sont-elles mieux soignées ? (photo: Elisabeth Schneider/ LookatSciences)

Question de : Votre pseudo

**Bonjour Dr Annie Rapp,
vous êtes psychiatre ?**

Réponse : Bonjour Non mais j'ai un cursus en psychiatrie de 10 ans. Actuellement je suis officiellement omni-praticien, exerçant en psychothérapie.

**Question de : internaute
comment arrêter la morphine?**

Réponse : Je suppose que le Baclofene peut aider. Je n'en ai pas l'expérience.

**Question de : internaute
et SEXE!!!
C'est de circonstance, non ?**

Réponse : Peut-être oui. Comme n'importe quelle dépendance. Mais je n'en ai pas l'expérience.

**Question de : internaute
Le Dimanche, je passe bcp de temps à manger chez moi , parce que je vis seule et m ennueie.
Comment résister?**

Réponse : Ne résistez pas. Changez d'habitude. Faites vous aider par une psychothérapie. J'ai l'expérience de trois personnes qui avaient un problème d'excès alimentaire et qui ont réglé le problème avec le baclofène. Les méthodes basées sur la privation et la volonté, en général, ne marchent pas à long terme.

**Question de : internaute
Qu'en pensez vous des Alcooliques Anonymes en France?
Qu'en pensez vous du programme douze étapes des AA fondé aux États Unis dans les années trente?**

Réponse : J'en pense du bien. Ca a aidé beaucoup de gens. Il est dommage que pour l'instant, ils n'ont pas de position officielle sur le baclofène. Cependant, la possibilité qu'un médicament fonctionne va à l'encontre de leurs recommandations qui est l'abstinence absolue et la croyance qu'on est alcoolique à vie. Le baclofène permet de penser qu'on peut "guérir" même si c'est au prix de prendre un médicament à vie. Ce qui est le cas de beaucoup de maladies chroniques.

**Question de : internaute
concrètement, comment trouver un medecin qui accepte de prescrire du baclofene**

Réponse : L'association AUBES peut vous aiguiller. Moi-même, je suis en train de constituer une liste de médecins prescripteurs en France. Sinon, demandez à votre généraliste et aux psychiatres de votre région. En leur précisant au téléphone que vous cherchez à être suivi avec du baclofène.

Question de : internaute

Bonsoir,

J'ai 23 ans, je suis en école d'ingénieurs et comme la majorité de mes connaissances, je bois entre 1 et 1,5L de bière chaque soir en semaine. Et entre 4 et 6L les soirs de week-end. Est-ce grave ?

Réponse : Tout à fait. Vous êtes en train de rentrer dans le piège de l'alcool.

Question de : internaute

Bonjour,

2 maladies guéries par le baclofène:

Alcoolisme, Fibromyalgie.

A qui m'adresser pour des recherches lien fibro-baclo?

Merci de votre réponse.

Claude

Réponse : Je ne sais pas.

Question de : internaute

Alcool et drogues sont des usages privés qui ne concernent que la personne elle même, quelle est donc cette nouvelle folie inquisitrice de vouloir s'occuper de la vie privée des autres, et qu'est qui vous fait croire que les gens ont envie d'arrêter les drogues (dont l'alcool fait partie) ?

Réponse : On ne soigne que les gens qui le demandent expressément et qui considèrent qu'ils ont perdu leur liberté face aux drogues.

Question de : internaute

Alcoolique, je suis sous baclofène depuis 4 mois. Après avoir trouvé mon palier, c'est à dire en 1 mois, je n'ai pas bu une goutte d'alcool. L'envie a complètement disparue, y compris au moment du craving ! Je suis choqué qu'aucun protocole ne soit lancé au niveau national alors que des résultats probants sont foison. Est-ce que certains intérêts de grands groupes pharmaceutiques sont au dessus de l'intérêt général ? Mes encouragements aux médecins et aux pharmaciens qui cherchent à comprendre et qui prescrivent non sur la bonne mine de Olivier Ameisen mais sur des sources sérieuses quoi que confidentielles.

Réponse : Merci de vos encouragements.

Je suis optimiste. Les études scientifiques vont bientôt arriver.

Les grands groupes pharmaceutiques fonctionnent avec une logique financière. Ce serait aux pouvoirs publics de financer les études.

Question de : internaute

Peut-on penser que pendant des siècles l'Homme face à la nature devait réagir face à un stress par la contraction de ses muscles. Dois-je fuir ou combattre ?

Notre société a créé un stress psychologique purement mental, purement virtuel....Je contracte mes muscles mais je n'ai pas mon adversaire en face....

La réaction du type "pavlov" est de contracter les muscles...

Mais nous ne devons plus fuir ou combattre... Nous sommes dans l'impossibilité d'action. D'où un stress accru...

L'alcool permet de gérer ce nouveau stress sans action, c'est une réaction purement biochimique due à un acte purement intellectuel.

La nouveauté, avec ce traitement c'est de décontracter les muscles et de pouvoir gérer son stress... Une solution se profile, le stress diminue... et on boit moins d'alcool... on peut gérer d'avantage.

Ce qui serait intéressant c'est de voir la proportion de gens alcooliques chez les hyperlaxes...

Y-a-t-il des études là dessus ?

Merci à Mme Rapp qui prend beaucoup de risques pour trouver une solution à ce problème.

Réponse : Merci de vos encouragements.

La théorie biologique du stress s'applique tout à fait aux problèmes d'addiction. Je n'ai pas connaissance d'études statistiques sur le sujet.

Question de : internaute

Bonjour !

J'ai été obèse, et commence un diabète 2. J'ai perdu 40 Kg. Devant la nourriture, je résiste mais souffre vraiment. Peut-on parler d'addiction ? Que faire objectivement (je frôle la déprime) ? Merci.

Réponse : Oui, c'est sans doute une addiction.

Vous pourriez peut-être bénéficier d'un traitement au baclofène.

Question de : internaute

Je suis dépendant de l'alcool et suite à la connaissance du Baclofène par les médias, je suis allé voir un généraliste avec des articles internet pour me faire prescrire le médicament, il ne connaissait pas et n'a pas voulu me rédiger une ordonnance. J'habite dans la Marne et aimerais connaître un médecin qui puisse me prescrire le Baclofène. Merci de votre aide. Cordialement.

Joseph.

Réponse : Déjà répondu à la question de trouver un médecin prescripteur. Voir plus haut.

Question de : internaute

Suite à un licenciement et à une série de décès dans ma famille, j'ai développé une addiction très forte aux benzodiazépines. J'ai été plongé pendant 3 ans dans un enfer où le seul but dans ma journée était de savoir comment obtenir mes 30 cachets de zolpidem. Déchéance, comas, hôpital psy, cure de désintox, remplacement par l'alcool furent mon quotidien. Depuis mai 2010, je prends du baclofène et suis arrivé à 210 mg. Je ne prends plus de médicaments, ni d'alcool, j'ai retrouvé un sens à ma vie pourtant mon médecin généraliste refuse toujours de prescrire ce médicament hors AMM. Ne peut-on pas considérer qu'il s'agit de non assistance à personne en danger ? Un remède existe mais les autorités sanitaires font la sourde oreille ? Les labos pharmaceutiques ne semblent pas y trouver leur compte ? Que font les autorités publiques ?

Réponse : Je comprends votre indignation.

Comme dit tout à l'heure, je suis optimiste, les solutions viendront.

Question de : internaute

Comment sortir de l'addiction des benzodiazépines lorsque ce sont des médecins qui les prescrivent et qui nous laissent pendant plus de deux ans avec le traitement, alors que certaines personnes comme moi en deviennent dépendantes ??

Réponse : Je suppose que le baclofène doit être efficace dans cette addiction mais je n'en ai pas l'expérience.

Les médecins prescrivent ces médicaments aussi parce que les patients le demandent et en ont besoin pour se sentir moins mal.

Question de : internaute

ce médicament marche t-il vraiment

Réponse : Oui, tout à fait. Pas à tous les coups. Mais dans mon expérience, au moins 7 à 8 fois sur 10.

Question de : internaute

A PARTIR DE QUELLE QUANTITE D'ALCOOL PRISE PAR JOUR, PEUT ON SE CONSIDERER COMME ALCOOLIQUE?

Réponse : Il y a des questionnaires sur Internet pour savoir si une personne entre dans la catégorie des dépendances.

En ce qui me concerne, l'important est que la personne dise qu'elle se sente dépendante et qu'elle a perdu la liberté de boire ou de ne pas boire.

Cette dose est très variable suivant les personnes.

Question de : internaute

Bonjour,

Mon compagnon, déjà reconnu comme malade (psy), est tombé dans l'alcoolisme il y a un peu plus d'un an de cela, suite à de gros problèmes au travail avec un supérieur hiérarchique. Il ne travaille plus au même endroit mais continue à boire. En janvier un médecin lui a prescrit un traitement à base d'Aotal mais sans réels effets. Il a été ensuite orienté en février vers un psy alcoologue qui lui a prescrit du Baclofène mais à petite dose (1ma,1mi,2so). Mon compagnon me dit qu'il sent que le Baclofène agit mais cela ne l'a pas empêché de boire la semaine dernière alors qu'il était resté seul. Nous avons un enfant et un autre à venir. Je ne sais plus comment réagir. Les sujets de dispute sont tjs dus à ce problème d'alcool. Menaces, prises de tête, etc. Que faire? Comment être sûr qu'il va dire ce qu'il faut au médecin alcoologue la prochaine fois (angoisses sûrement maintenant liées aux pbs persos de ses propres parents, par exemple; volonté perpétuelle de vouloir "s'échapper", recherche d'un état particulier suite à la prise d'alcool, etc.)? Comment sortir de ce cauchemar qui est en train de briser notre famille????

Merci d'avance pour vos conseils.

Réponse : Votre compagnon a besoin d'un suivi médical et psychothérapeutique. Avec du baclofène à dose efficace. Plus anxiolytiques, antidépresseurs. Plus des séances de psychothérapie pour lui et peut-être en couple.

Question de : internaute

Vous croyez à l'efficacité du baclofène, vous avez de bons résultats avec vos patients. Le dr Patel pense que c'est juste un "phénomène de mode", il obtient de mauvais résultats. Pensez vous que les "croyances" du médecin peuvent avoir une influence positive ou négative sur la guérison?

Réponse : Je pense surtout que les croyances du médecin ont une influence sur la prescription qu'il fait et sur le fait de donner une dose efficace dans le cas du baclofène.

Tout traitement médical est plus efficace dans un rapport de confiance entre le médecin et le malade et de confiance dans le traitement qui est prescrit.

Question de : internaute

Bonjour,

Pourquoi dites-vous que ce médicament est prescrit "sous le manteau" ?

Y a t-il des effets secondaires important qui font que d'après ce que je lis, certains médecins hésitent à le prescrire, ou est-ce l'état de santé du patient (déjà en traitement pour d'autres choses...),

Merci

Jean-Pierre

Réponse : Ce médicament est prescrit discrètement par certains médecins, ouvertement par d'autres. C'est une prescription hors AMM (autorisation de mise sur le marché) en ce qui concerne l'indication du traitement des addictions.

Les médecins qui ne prescrivent pas attendent les études cliniques qui répondront à toutes les questions.

Oui, il y a des effets secondaires gênants à certains paliers. Ceux-ci disparaissent la plupart du temps au bout de quelques jours. Sinon, la dose de baclofène est diminuée pour faire disparaître les effets

secondaires et laisser le temps au corps de "s'habituer" au médicament. Il y a certaines contre-indications dans l'état de santé du patient qui limitent la prescription.

Question de : internaute

Moi je suis révoltée, buveuse guérie depuis 12 ans je suis bénévole dans une association de lutte contre l'alcoolisme et d'aide et soutien aux malades. Et bien cette asso est contre le baclofène et on m'interdit d'en parler en réunion, de quel droit, où est le problème? J'en ai assez de voir les malades rechuter, je connais leurs souffrances, alors je profite de la pause cigarette pour distribuer ma doc et promouvoir ce médicament dont j'aurais bien voulu bénéficier. Depuis octobre 4 malades m'ont fait confiance et sont sous baclo; si les médecins savaient quel calvaire j'ai enduré pour arrêter l'alcool, ils comprendraient mieux la dépendance alcoolique et prescrirait le baclofène avec autant de facilité que la prescription d'un antidépresseur. Merci Professeur Ameisen, Dr De Beaurepaire, Dr Joussaume et Dr Rapp

Réponse : Je suis d'accord avec vous. J'aimerais que les associations d'anciens buveurs soient moins résistantes et les médecins moins frileux dans la prescription. Mais ça viendra. Continuez d'en parler et merci de vos encouragements.

Question de : internaute

**Avec la ménopause, je suis devenue hyperphagique. Je ne trouve guère de solutions pour stopper mes accès compulsifs face à la nourriture, notamment en soirée. Pire, j'ai le sentiment qu'aucun des médecins (généraliste, homéopathe...) que j'ai consultés n'a d'information à ce sujet
Que faire?**

Réponse : Peu de médecins sont encore informés sur l'intérêt du baclofène dans ces symptômes. Un accès compulsif renvoie une addiction. Donc, votre problème pourrait sans doute être soulagé par un traitement au baclofène associé à un accompagnement psychologique.

Question de : internaute

j'ai un fils de 20 ans, il y a deux ans on avait un peu parlé de la consommation de cannabis, il m'informait qu'il avait goûté par curiosité, ces derniers temps je viens d'apprendre qu'il est devenu un consommateur assez régulier, que faire ? quelle sorte de dialogue avoir avec lui ?

Réponse : Question délicate. Les parents ne sont pas toujours les mieux placés pour engager le dialogue sur ces questions. Si vous avez une relation de confiance avec lui, n'hésitez pas à lui demander son avis et s'il est conscient des risques qu'il prend.

Question de : internaute

**comment aborder le sujet avec un ami alcoolique, lui faire prendre conscience qu'il a besoin d'aide ? merci.
il croit qu'il peut prendre des pauses de quelques jours et s'arrêter quand il veut, mais ce n'est pas le cas.
il peut passer des WE entier à rester seul enfermé chez lui avec des dizaines de bouteilles de vin. Il sait pertinemment pourquoi il boit, il a perdu son père à 14 ans, manque de confiance en lui, alors qu'il est extrêmement intelligent et plein d'intuitions....
merci pour votre aide... en même temps, je ne l'ai jamais vu "ivre", c'est à dire titubant.... il "tient" bien l'alcool et les mélanges...**

Réponse : Abordez la question comme vous le sentez!
Il est possible qu'il soit dans le déni. Cependant, quand les malades alcooliques apprennent qu'il existe un médicament efficace, ils peuvent accepter de regarder en face leur problème.

Question de : internaute

je suis prisonnier de l'alcool et su valium depuis l'age de 16ans, j'en ais 29 et c'est un enfer! de vivre ma vie.. je prends du Liorésal 10mg depuis deux mois et je dois dire que j'éprouve moins de besoin de boire! doisje augmenter la dose a 300mg par jour? je tiens a remercier tous les medecins qui nous viennent en aide! avec le bacofléne (liorésal) angel david (belgique)

Réponse : Voyez avec votre médecin pour augmenter la dose.

Question de : internaute

pourquoi aucune aide n'est donnée de la part des médecins spécialisés n'est donnée à la famille du malade? pour rappel: ils vivent un enfer, personne ne leur dit quoi faire comment réagir.

Réponse : Les psys spécialisés en psychothérapie familiale sont compétents pour cela.

Question de : internaute

quels docteurs accepteraient de prescrire du baclofène dans la région de Toulouse.

Réponse : Voir plus haut la réponse sur trouver des médecins prescripteurs.

Question de : internaute

700 ml quotidiens depuis > 5 ans -- quelques fois plus répartis dans la journée , consommation maximum de 18 H30 à 20 H30

Est ce un alcoolisme ?? risques de complications ??? lesquels

Merçi

Réponse : A mon avis, oui.

Consultez un médecin pour votre cas.

Question de : internaute

Alcool , tabac , les récepteurs entraînant l'addiction sont ils identiques ?

Réponse : Dans mon expérience, il existe une différence. Beaucoup de patients diminuent ou cessent leur consommation d'alcool avec le baclofène mais continuent de fumer. Et même de plus belle pour certains...

Question de : internaute

le baclofène est également indiqué pour tt surconsommation d'alcool ??

Réponse : Non. A étudier au cas par cas pour savoir si une surconsommation d'alcool est une addiction alcoolique.

Question de : internaute

Quels sont les effets secondaires du baclofène ???

il ty a sûrement un bénéfice-risque élevé si vous le prescrivez

Réponse : Le plus fréquent est des accès de somnolence dans la journée.

Il y en a beaucoup d'autres variés. Ils disparaissent heureusement après un temps d'imprégnation dans la plupart des cas.

Une personne qui a atteint le résultat espéré c'est à dire l'indifférence à l'alcool, peut boire un peu ou pas du tout suivant son choix, va prendre un traitement -sans doute à vie- à une dose qui est à la fois efficace et sans effets secondaires, donc confortable.

Question de : internaute

comment faire prendre conscience a quelqu'un qu'il a besoin d'aide, qu'il ne maitrise pas sa consommation, c'est difficile d'aborder le sujet

Réponse : Déjà répondu. Voir plus haut.

Question de : internaute

concernant les proches, qui vivent un enfer et qui sont complètement exclus du suivit du psychologique du conjoint, que faut-il faire? comment réagir? devant cette maladie?

Réponse : Consultez un psychiatre spécialisé en psychothérapie familiale.

Question de : Votre pseudo

Comment fait le médecin pour trouver la dose optimale ?? (à propos du baclofène)

Réponse : C'est une coopération entre le médecin et le patient. On y va par tâtonnements.

Question de : pug

ma moitié a essayé le baclofene: échec

Réponse : Dommage. Peut-être devrait-elle recommencer.

Question de : internaute

Je suis guérie et actuellement à 20 mg de baclofène. Je suis restée une semaine à cause d'une opération sans en prendre et aucun craving. Pensez vous qu'un jour, je puisse arrêter le baclofène ?

Réponse : Dans votre cas, si vous êtes sans "craving" à 20mg, peut-être que vous pourrez vous en passer. Nous n'avons pas encore assez de recul pour savoir si ce traitement doit être pris à vie.

Question de : Votre pseudo

quel dommage , je voudrai connaitre quels sont les paliers pour obtenir la dose efficace ,, combien de temps ça dure ?

Merci

Réponse : Ca dépend de chaque cas.

C'était la dernière question. Merci à tous de vos questions et témoignages.
Bon courage à tous ceux qui affrontent le problème et à leurs familles.

S'il y a des médecins intéressés de devenir prescripteur ou qu'ils le sont déjà, merci de me contacter.
Je suis en train de construire une liste de médecins.