

Interventions Brèves en alcoologie : un outil pour nous ?

Olivier Duhamel, Pascal Perney, Héléne Rigole (Béziers, Montpellier).

En dehors de l'alcoolodépendance, de l'absence de consommations alcoolisées et de l'usage à faible risque, on définit l'usage à risque et l'usage nocif selon qu'il y a ou non des signes cliniques. La caractéristique de ces deux groupes est de consommer plus d'alcool que les normes établies par l'OMS et de ce fait d'augmenter les risques et dommages induits par cette consommation excessive. La Société Française d'Alcoologie dans les RPC de 2002, propose le repérage des consommateurs excessifs et l'aide à la réduction de leur consommation alcoolisée, dans les normes OMS, par la généralisation de la pratique des interventions brèves. A l'inverse de l'alcoolodépendance l'objectif n'est pas ici l'abstinence complète. Les interventions brèves sont un outil semi directif issu des entretiens motivationnels et des pratiques cognitivo-comportementales les IB durent schématiquement 15+/- 5mn et nécessitent en moyenne 2 à 4 séances. Le principe est d'amener le patient à réduire sa consommation en lui fournissant une information, scientifique, claire sur les conséquences de son alcoolisation et en faisant en sorte que tout changement apporté est de la décision du patient (discipline heuristique). Le rôle du soignant est de fournir un menu d'options librement acceptées dans une relation soignant-soigné empathique. Ceci nécessite d'utiliser des questions ouvertes style « que diriez- vous que ? Que pensez vous que? » de ne pas émettre de jugement, éventuellement d'utiliser l'écoute réflexive « si j'ai bien compris vous me dites que ? » et l'écoute en écho en répétant les derniers mots du patient. Il est nécessaires de ne pas se mettre en opposition avec le consultant, la résistance conduit à l'échec au changement. Enfin l'entretien doit permettre de renforcer les motivations en résumant les décisions qui sont prises ou qui ont été prises. Canevas d'une Intervention brève :

- 1- Accueil du patient
- 2- éventuel résumé la dernière consultation et ce qui a été fait
- 3- évaluation de la consommation alcoolisée et du niveau de motivation
- 4- restitution d'informations claires
- 5- élaboration d'un menu d'options
- 6- résumé de la séance et renforcement

Une formation de quelques heures environ est suffisante pour acquérir de bonnes notions de dépistage des consommateurs excessifs et de la pratique des interventions brèves. Dix minutes aujourd'hui suffiront-elles ?