

AGIR

Une intervention précoce permet à un consommateur à risque d'alcool de réduire ou d'arrêter plus facilement sa consommation, à un stade où cette dernière ne pose pas encore de (gros) problèmes.

Face à un patient présentant une consommation d'alcool à risque (personne en bonne santé) ou excessive (personne présentant des problèmes en lien avec l'alcool) :

- l'informer sur les risques particuliers qu'il encourt s'il continue à consommer de l'alcool de manière identique
- le conseiller sur les limites de consommation à ne pas dépasser
- lui proposer de se fixer un objectif de changement de comportement, en rappelant que le but est de retrouver un usage social de l'alcool sans risque.

Parmi les approches validées en médecine générale, l'intervention brève est centrale. Les problèmes d'alcool sont appréhendés dans un continuum selon la gravité de la problématique de consommation ; en conséquence, l'intervention thérapeutique va de la simple anamnèse (cf. test AUDIT ou FACE), le conseil de quelques secondes, l'intervention brève (par exemple l'entretien motivationnel) jusque, en cas de dépendance, un suivi ambulatoire de longue durée (dans le cadre d'un sevrage avec médicaments par exemple) et un séjour en institution.

Bon à savoir

- certaines plaintes du patient peuvent être en lien avec une consommation d'alcool : des troubles du sommeil, une anxiété, des affects dépressifs, une HTA, des troubles digestifs, etc.
- une approche neutre de repérage d'une conduite d'alcoolisation est dans la grande majorité des cas bien accueillie par les patients, sans gêne ni mécontentement
- les tests biologiques ne sont d'aucune utilité pour le dépistage d'une conduite d'alcoolisation.

La Société Scientifique de Médecine Générale met à votre disposition

- plusieurs **modules de formation continue** sur la prise en charge de la consommation d'alcool en pratique de médecine générale
- de nombreux **outils** accessibles sur le **site** de la Société
 - en matière d'alcoologie (<http://www.ssmg.be/cellules-specifiques/alcool>)
 - sur la manière d'aborder la prévention (<http://www.ssmg.be/prevention/en-pratique/aborder-la-prevention>) et l'entretien motivationnel (<http://www.ssmg.be/prevention/en-pratique/entretien-motivationnel>).
- pour vos patients :
le site www.mongeneraliste.be (et son dossier alcool)

Alcool : faites le point avec votre patient

Objectif : repérer et prendre en charge les patients dont la consommation d'alcool est à risque ou nocive.

Quantités excessives ?

La constatation d'une consommation sortant des balises proposées dans les consensus internationaux est un signe d'alerte. Une simple information et un conseil de modération lorsqu'il est indiqué peuvent aider des patients à une prise de conscience et à un réajustement de leur consommation.

Buvez-vous des boissons alcoolisées (bière, apéritif, vin, etc.) ? Si oui, combien de verres (1 verre = 1 unité = 10 grammes d'alcool) par jour, par semaine ?

Consommations régulières ?

- Femmes : pas plus de 2 unités d'alcool en moyenne par jour (moins de 14/semaine).
- Hommes : pas plus de 3 unités d'alcool en moyenne par jour (moins de 21/semaine).
- Au moins un jour par semaine sans boisson alcoolisée.

Consommations occasionnelles ?

- Pas plus de 4 unités d'alcool en une seule occasion.

Votre patient est-il au-delà du seuil de consommation à risque ? Si oui ► AGIR

Évaluation plus globale de l'impact de la consommation ?

Des tests simples (selon choix personnel : **AUDIT** ou **FACE** – voir pages centrales) permettent de détecter les patients ayant un problème avec leur consommation d'alcool. Attention : ces **tests de dépistage** ne permettent pas d'affirmer un diagnostic. Une anamnèse et une mise au point plus poussées sont indiquées lorsqu'un de ces tests suggère une situation de consommation à risque.

ÉVALUATION

Ces deux tests visent le comportement de la personne au cours des 12 derniers mois.

AUDIT

	0	1	2	3	4	Score de la ligne
1. À quelle fréquence vous arrive-t-il de consommer une boisson alcoolisée ?	Jamais	1 fois /mois ou moins	2 à 4 fois /mois	2 à 3 fois /semaine	4 fois ou plus par semaine	
2. Si vous consommez des boissons alcoolisées certains jours, estimez le nombre de boissons alcoolisées absorbées ces jours-là.	1 ou 2	3 ou 4	5 ou 6	7 ou 8	10 ou plus	
3. Vous arrive-t-il à certaines occasions de boire six boissons alcoolisées ou plus ?	Jamais	Moins d'une fois /mois	Chaque mois	Chaque semaine	Quotidiennement ou quasi quotidiennement	
4. Combien de fois, l'année écoulée, avez-vous fait le constat d'être incapable d'arrêter la boisson une fois sa consommation enclenchée ?	Jamais	Moins d'une fois /mois	Chaque mois	Chaque semaine	Quotidiennement ou quasi quotidiennement	
5. Combien de fois, l'année écoulée, avez-vous dû renoncer à vos simples obligations de vie à cause de l'alcool ?	Jamais	Moins d'une fois /mois	Chaque mois	Chaque semaine	Quotidiennement ou quasi quotidiennement	
6. Combien de fois, l'année écoulée, avez-vous dû recourir à un premier verre tôt en matinée pour vous faire « démarrer » après de fortes consommations la veille ?	Jamais	Moins d'une fois /mois	Chaque mois	Chaque semaine	Quotidiennement ou quasi quotidiennement	
7. Combien de fois, l'année écoulée, avez-vous éprouvé des sentiments de culpabilité ou de remords après avoir bu ?	Jamais	Moins d'une fois /mois	Chaque mois	Chaque semaine	Quotidiennement ou quasi quotidiennement	
8. Combien de fois l'année écoulée, avez-vous été incapable de vous souvenir le lendemain de ce qui s'était produit la veille en soirée parce que vous aviez bu ?	Jamais	Moins d'une fois /mois	Chaque mois	Chaque semaine	Quotidiennement ou quasi quotidiennement	
9. Le fait que vous buviez a-t-il été la cause de blessures occasionnées à autrui ou à vous-même ?	Non		Oui, mais pas l'année écoulée		Oui, durant l'année en cours	
10. Un de vos proches parents, un ami, un médecin ou un autre acteur de santé s'est-il inquiété au sujet de votre consommation d'alcool ou vous a-t-il invité à baisser votre consommation ?	Non		Oui, mais pas l'année écoulée		Oui, durant l'année écoulée	

Totalisez les points ici

Résultat :

- si le total est ≥ 6 pour une femme ou ≥ 7 pour un homme (≥ 6 si plus de 65 ans), la consommation de boissons alcoolisées présente vraisemblablement des risques pour la santé.
- si le résultat ≥ 13 , il y a une présomption de dépendance. ► **AGIR**

FACE

- 1 - À quelle fréquence consommez-vous des boissons contenant de l'alcool ? Points
- Jamais 0
- 1 fois /mois ou moins 1
- 2 à 4 fois /mois 2
- 2 à 3 fois /semaine 3
- 4 fois ou plus par semaine 4
- 2 - Combien de verres standard buvez-vous les jours où vous buvez de l'alcool ? Points
- 1 ou 2 0
- 3 ou 4 1
- 5 ou 6 2
- 7 à 9 3
- 10 ou plus 4
- 3 - Votre entourage vous a-t-il fait des remarques concernant votre consommation d'alcool ? Points
- Non 0
- Oui 4

- 4 - Vous est-il arrivé de consommer de l'alcool le matin pour vous sentir en forme ? Points
- Non 0
- Oui 4
- 5 - Vous est-il arrivé de boire et de ne plus vous souvenir le matin de ce que vous avez pu dire ou faire ? Points
- Non 0
- Oui 4
- Total :**

Résultat :

Pour les hommes

- Moins de 5 points : risque faible ou nul
- De 5 à 8 points : consommation excessive ► **AGIR**
- Plus de 8 points : dépendance probable ► **AGIR**

Pour les femmes

- Moins de 4 points : risque faible ou nul
- De 4 à 8 points : consommation excessive ► **AGIR**
- Plus de 8 points : dépendance probable ► **AGIR**