Repérer le risque alcool et adapter son intervention

BOIRE MOINS C'EST MIEUX

PRÉ-REPÉRAGE

Poser la question de l'alcool :
« Vous arrive-t-il de consommer de la bière, du vin ou toute autre boisson contenant de l'alcool ? »

NON

Fin du repérage

OUI

ÉTAPE 1 : Proposer le questionnaire de repérage

Questionnaire FACE
(5 questions) en entretien
OU
Autoquestionnaire AUDIT
(10 questions) en salle d'attente

ÉTAPE 2 : Restituer le score

FACE ≥ 4 chez les femmes
≥ 5 chez les hommes

AUDIT ≥ 6 chez les femmes
≥ 7 chez les hommes

NON

Votre patient est dans un faible niveau de risque

Valorisez

Informez sur les seuils de recommandations et parlez du verre standard

Pour limiter les risques pour votre santé, il est recommandé de :
- ne pas consommer plus de 10 verres standards par semaine
et pas plus de 2 verres standards par jour ;
- avoir des jours dans la semaine sans consommation.

Discutez de l'intérêt de l'abstinence dans les situations où elle est recommandée
- Prises médicamenteuses
- Comorbidités aggravées par l'alcool
- Grossesse ou désir de grossesse
- Conduites d'engins motorisés, travail sur machines dangereuses

Renouvelez le repérage chaque année

OUI

Votre patient est susceptible d'être un consommateur à risque

Donnez-lui cette information et invitez-le à réagir :
« Qu'en pensez-vous ? »

Verres standards et équivalences

ÉTAPE 3 : Délivrer une intervention brève

Expliquez le risque alcool

Parlez du verre standard

Faites le lien avec les difficultés du patient et les constats cliniques s'il y en a

Recherchez l'intérêt d'un changement
« A votre avis, quels bénéfices pourriez-vous tirer d'une réduction de votre consommation ? »

Proposez des objectifs, laissez le choix
« Je vous propose de réfléchir avec vous pour que vous rameniez, dans les semaines qui viennent, votre consommation d'alcool en dessous des seuils de risque, dans le but de protéger votre santé et pour en avoir les bénéfices que vous venez d'évoquer. Qu'en pensez-vous ? »

A ce stade, le patient est disposé à s'engager dans un changement

NON

Ne vous découragez pas, l'ambivalence est un phénomène normal.
Vos conseils ont des chances d'entraîner un changement dans la façon de penser de votre patient, changement positif en soi.
Si vous continuez à l'encourager votre patient peut décider de passer à l'acte.

Pour le moment :
- Encouragez le patient à s'informer
- Remettez un livret de prévention sur l'alcool
- Réaffirmez votre disponibilité à toute aide le moment venu

Rappelez qu'il est recommandé pour chaque consommation de :
- réduire la quantité totale d'alcool absorbée
- boire lentement, en mangeant et en alternant avec de l'eau
- éviter les lieux et les activités à risque

OUI

Aidez à fixer un objectif pour réduire jusqu'en dessous des seuils de risque (voir étape 2) ou pour s'abstenir un certain temps.

Accordez-vous sur un plan comprenant
- Les stratégies spécifiques adoptées par le patient (par ex. éviter le bistro après le travail, quantifier les verres à la maison, choisir les boissons de remplacement)
- La manière de suivre la progression (carnet de bord, calendrier)
- La manière de faire face aux situations à haut risque

Remettez un livret de prévention sur l'alcool

Donnez la possibilité de réévaluer à une autre consultation

ÉTAPE 4 : Au cours du suivi, maintenir son soutien

A la consultation de suivi, le patient a été capable de remplir l'objectif de consommation et de le maintenir

NON

Reconnaissez que le changement est un processus difficile

Valorisez tout changement positif et identifiez les obstacles pour atteindre l'objectif

Renégociez l'objectif et le plan pour y parvenir

Réévaluez le diagnostic si le patient semble incapable de réduire ou d'arrêter (envisagez une dépendance débutante)

OUI

Renforcez et valorisez la poursuite du suivi des recommandations et l'éventuelle disparition des symptômes

Renégociez les objectifs de consommation en fonction des indications (par exemple si la situation médicale change ou si un patient abstinent souhaite reprendre une consommation)

Renouvelez le repérage au moins une fois par an

Lieu de santé sans tabac

respadd RÉSEAU DE PRÉVENTION DES ADDICTIONS

LSPS RÉSEAU FRANÇAIS LIEU DE SANTÉ PROMOTEUR DE SANTÉ

HPH

Document édité et réalisé par le Respadd - Bernard Arzel Graphisme - Imp. Peiss - Mars 2020