

Réduire la consommation d'alcool

Le British Medical Journal, dans une série d'articles sur la prévention du cancer en médecine générale, consacre un texte à l'efficacité des interventions médicales brèves pour la réduction de la consommation de boissons alcoolisées¹.

L'étude rappelle l'importance de l'alcool, surtout s'il est associé au tabac, dans l'apparition et la mortalité des cancers (3 à 10%, selon les pays, des morts par cancer sont liées à l'alcool). Le risque débute au delà de 2-3 verres par jour, et s'accroît considérablement au delà de 5 verres.

Les stratégies de réduction du risque peuvent être développées au niveau de la population, mais aussi auprès de l'individu. Le généraliste est alors particulièrement bien placé pour développer cette stratégie, ainsi que le montrent diverses études: les forts buveurs consultent deux fois plus souvent leur généraliste que les buveurs légers, et 20% des consultants en médecine générale sont des consommateurs excessifs. Mais d'autres études montrent qu'une minorité de ces patients sont identifiés et pris en charge (28% dans une étude citée).

Cela tient sans doute à un certain scepticisme sur l'efficacité des actions possibles. Cependant les auteurs font état de divers essais évaluant l'efficacité d'une intervention brève associant appréciation de la consommation, information et conseil: à la suite de l'intervention, la consommation apparaît réduite d'un cinquième dans un important groupe de forts buveurs. La plupart des essais n'ont évalué que l'effet sur la consommation, et non sur l'état de santé. Il apparaît cependant que les interventions brèves sont aussi efficaces et moins onéreuses que des traitements plus spécialisés. Les auteurs rapportent les résultats de six études de ce type d'intervention en médecine générale: une consultation de 5 à 10 minutes, associée à la remise d'une information écrite, est suivie d'une réduction de 25 à 35% de la consommation sur un suivi de 6 mois à 1 an, et d'une réduction de 45% de la proportion des buveurs excessifs. Dans une étude, un temps plus important consacré, avec une répétition des consultations, amène une amélioration des résultats. Mais les auteurs se posent, bien sûr, la question des limites de l'étude, et notamment de la représentativité des échantillons faisant l'objet de l'essai.

Ce travail présente plusieurs intérêts:

- **il met l'accent une fois de plus sur l'importance du problème de l'alcool en médecine générale (au-delà, bien sûr, du cancer). Des études françaises récentes l'ont précisé pour notre pays. Mais il nous rappelle aussi le manque de motivation (et sans doute de formation) des médecins.**
- **il nous rappelle qu'il est possible et souhaitable d'évaluer les actions médicales, autres que celles utilisant un médicament.**
- **il nous montre surtout qu'une intervention médicale simple peut être efficace auprès des buveurs excessifs, qui représentent la plus grande masse des patients concernés par l'alcool. Restera bien sur le problème de la dépendance qui nécessite une motivation et une formation beaucoup plus affirmée.**

1- Austoker J. Reducing alcohol intake Brit. Med. J. 1994, 308, 1549-1552