

ÊTRE EN MANQUE: déroulement d'un sevrage

Ce que Friedrich Glauser, auteur de romans policiers et morphinomane, a décrit au début des années trente dans ce texte autobiographique, de nombreuses personnes de nos jours en font encore l'expérience dans les cellules de détention préventive ou les services d'urgence des hôpitaux de notre pays.

Le sentiment de vide

La morphine a entre-temps été remplacée par l'héroïne et la cocaïne. Souvent, ces produits sont consommés en même temps que des médicaments, tels que les barbituriques ou les benzodiazépines (somnifères et calmants). Ces sevrages forcés, avec toutes les réactions du corps et du psychisme qu'ils entraînent, du fait d'un manque dans l'organisme des produits accoutumés, sont certainement très pénibles à supporter. Alors que les symptômes physiques disparaissent peu à peu, beaucoup de toxicomanes sont saisis par un profond sentiment de vide. Cette angoisse peut être si forte que, à la prochaine occasion, seul un recours aux produits stupéfiants semblera pouvoir leur apporter un certain soulagement. Et ce vide est plus menaçant encore lorsque, dans sa cellule, le toxicomane ne peut percevoir aucune perspective de vie positive pour lui, et lorsque son entourage ne se préoccupe pas de sa situation, ce qui, dans la plupart des prisons, n'est guère ou pas du tout possible.

Un sevrage imposé

«On m'amena à la prison d'Etat de St-Antoine, où je me retrouvai seul dans une cellule. Je me sentais très mal. Tous les symptômes de manque commençaient à se manifester en moi: diarrhée, vomissements, peurs, des douleurs parcourant tout l'organisme. C'est là justement le problème avec la morphine. On s'en est servi pendant des mois pour tenter de repousser le mal de tête ou d'autres douleurs. Mais ils n'ont pas disparu. Ils se sont au contraire dissimulés dans les endroits les plus cachés de notre corps et n'attendent pour resurgir que le moment où le produit viendra à manquer. Alors soudain, ils envahissent l'organisme tout entier, comme si le destin voulait nous faire comprendre qu'il n'entendait nous épargner aucune souffrance. (...) Cela permet juste de repousser le mal pour un peu de temps, afin d'en finir en une seule fois.»

(Tiré de: Friedrich Glauser, «Morphium, Erzählungen und Erinnerungen». Arche; Zurich, 1987; première impression: «Schweizer Spiegel» N° 2; novembre 1932)

Notre intention, dans le présent article, n'est pas cependant d'aborder le problème des sevrages «forcés», mais de présenter les diverses possibilités de sevrages physiques existant dans le canton de Fribourg pour des personnes ayant elles-mêmes pris la décision de quitter le monde de la drogue. Mais auparavant, portons un regard sur les difficultés qu'un toxicomane doit affronter lors de son sevrage.

Chiffres et symptômes

Le lieu de sevrage Cikade, ouvert au début des années huitante près de Bâle, a procédé à une évaluation des premiers 69 sevrages et décrit les symptômes de manque les plus fréquents. Ce centre accueille des toxicomanes souhaitant entreprendre un sevrage physique, ceci pour une durée de deux semaines au maximum.

Dans le groupe de clients le plus important, chez 27 personnes la cure de sevrage n'a provoqué aucun problème physique particulier. Dans le groupe des héroïnomanes, les usagers ont ressenti quelques petits maux, ainsi que des douleurs durant les trois à cinq premiers jours (douleurs aux membres, insomnie durant moins de la moitié de la nuit, autres ennuis physiques).

Sept personnes ont souffert de symptômes moyens. Dans le groupe des héroïnomanes, la réaction physique au sevrage a été telle que pendant un à

deux jours ils devaient garder le lit ou avaient de la peine à se mouvoir normalement. Une insomnie totale durant une à deux nuits et un désir intense de consommer de la drogue furent également constatés parmi cette clientèle. Les toxicomanes dépendants de la méthadone ont souffert d'insomnie jusqu'à quatre nuits consécutives.

Au total 10 personnes ont manifesté des symptômes graves; ceci était généralement le cas lorsque le patient souffrait également d'une maladie telle que l'hépatite ou était fortement diminué dans son état de santé. Chez les héroïnomanes, les symptômes disparaissent en principe après quatre à cinq jours. Les toxicomanes dépendants de la méthadone réagissent à partir du 2^e ou 3^e jour; puis les symptômes de manque atteignent un point culminant entre le 4^e et le 7^e jour, pour disparaître à nouveau jusqu'au 10^e jour.

Il est important de relever que ce centre n'a recours à aucun médicament de soutien.

Les constatations et les chiffres ci-dessus se rapportent à des sevrages effectués durant la première moitié des années huitante. Par conséquent, ils ne peuvent pas sans autre être repris pour les années nonante. En effet, le nombre des polytoxicomanes (des personnes consommant en plus de l'héroïne et de la cocaïne, ou de la méthadone, également des médicaments et/ou de l'alcool) désirant sortir de leur dépendance a fortement augmenté depuis. D'une manière générale, nous pouvons dire que plus les substances consommées sont variées, plus le sevrage physique est compliqué, long et pénible.

Martin HOŠEK



Photo Martin HOŠEK

SEVRAGES DANS LE CANTON

L'Hôpital psychiatrique de Marsens

L'Hôpital psychiatrique de Marsens ne dispose d'aucune unité de sevrage particulière. Les sevrages physiques de toxicomanes se font dans les différents secteurs conçus pour recevoir des malades psychiques.

La durée du sevrage est de trois semaines. S'il s'avère nécessaire, le patient peut recevoir des analgésiques légers. Le sevrage est précédé d'un entretien réunissant l'équipe de Marsens, l'usager de drogues, éventuellement sa famille, de même que des représentants de l'institution dans laquelle une postcure a été prévue. Si l'entretien se révèle positif, le sevrage peut avoir lieu 7 à 14 jours plus tard.

L'Hôpital psychiatrique de Marsens est ainsi en mesure de répondre à une demande tous les 15 jours environ, ce qui représente approximativement 25 sevrages par année. Actuellement, le nombre de sevrages annuels est de 14. La priorité est en général donnée aux

toxicomanes ayant l'intention de poursuivre leur démarche dans un centre thérapeutique spécialisé. Un suivi ambulatoire est toujours souhaité. Si le client est suffisamment bien intégré dans la société, s'il a un travail et des relations familiales stables, une postcure n'est pas forcément obligatoire. Dans un tel cas, il est toutefois souhaité que l'employeur aussi soit tenu au courant de la situation.

La première semaine se déroule dans un cadre fermé. Un médecin ou un psychologue, ainsi qu'un travailleur social, sont chaque jour à la disposition du patient pour un éventuel entretien. En cas de douleurs musculaires, le client a la possibilité de demander des massages ou de faire des bains. Des promenades sont prévues une fois par jour et des activités de loisir comme le tennis de table lui sont également proposées. La deuxième semaine de sevrage se déroule dans un secteur plus ouvert. La troisième semaine, il ne vient à la clinique que pour y passer la nuit. Durant la journée, il se rend soit à sa place de travail, soit à l'ins-

titution qui l'accompagnera durant sa postcure.

La clientèle est composée de toxicomanes âgés de 20 à 30 ans. Ce sont essentiellement des gens de la rue qui ne sont plus intégrés dans la société. Le programme de sevrage à Marsens vise une abstinence à long terme, d'où l'exigence d'une postcure. Une autre raison à cela est d'éviter que la démarche entreprise ne conduise à un nouvel échec.

Selon Bernard Chervet, assistant social à Marsens, «la difficulté majeure des sevrages en milieu psychiatrique réside dans la cohabitation dans un même secteur fermé de malades psychiques, de toxicomanes en privation de liberté et de personnes ayant elles-mêmes demandé un sevrage physique». A la question «pourquoi les toxicomanes sont souvent peu enthousiastes à l'idée de faire un sevrage à Marsens?», M. Chervet pense que la raison principale à cela réside dans le fait qu'ils ont souvent peur d'entrer dans un milieu psychiatrique. Le patient peut arriver à la conclusion que

consommer signifie être fou. Toujours selon M. Chervet, deux sevrages à seuil bas (voir l'article de Claire Rölli sur le «Freier Fall») – lesquels exigent une équipe de travail importante – dépasseraient actuellement les capacités de personnel de l'hôpital de Marsens.

Le Centre psychosocial de Fribourg

Le Dr Jean-Marc Perron, médecin responsable du Centre psychosocial à Fribourg, estime le nombre de sevrages effectués par cette institution à environ 150 par année. Les femmes représentent à peu près les 20%.

Arts MÉNAGER



BOSCH Miele ZUG Electrolux Thermo THOMSON
LEIBER SCHULTHESS REDWOOD Bauknecht

CENTRE RIESEN

Rue de la Montagne 120 / Courmayer, Bâle

GARAGE HAUSER MATRAN
Tél. 037 / 42 67 33
ou 037 / 41 17 39

JEAN-LOUIS BULLIARD S.A.
VITRERIE - MIROITERIE - ENCADREMENT

1752 Villars-sur-Glâne 2 - Moncor
037 - 42 84 64

Il s'agit en l'occurrence de sevrages ambulatoires. Lors d'un premier entretien, le médecin détermine la dose initiale de codéine ou de tricodeïne à prescrire. Ces sevrages sont donc soutenus par des médicaments. Bien que la codéine soit un dérivé de l'opium, la dépendance à ce produit n'est cependant pas aussi forte qu'avec l'héroïne ou la méthadone. En l'espace d'une dizaine de jours, la dose de codéine est progressivement diminuée. A la fin de cette période, le client devrait être sevré et ne plus avoir de symptômes de manque. Selon le D^r Perron, ce genre de sevrage convient particulièrement aux personnes très motivées à se libérer rapidement de leur toxicomanie, et lesquelles ne veulent pas avoir trop à souffrir des symptômes physiques d'un sevrage. Les sevrages sont relativement de courte durée, de sorte que l'intégration sociale des patients ne soit pas perturbée. Lors du premier entre-

tien, le médecin s'assure aussi que l'entourage du client soit assez stable, ceci dans le cas où des difficultés apparaîtraient et où la personne en question aurait besoin d'un accompagnement. En cas de rechute, le patient a la possibilité de recommencer son sevrage deux ou trois fois, après quoi il lui est conseillé d'envisager une place de thérapie mieux structurée.

L'intérêt de la part des toxicomanes pour ce genre de sevrages ne cesse d'augmenter. Le D^r Perron en voit les raisons dans le fait qu'il n'est posé aucune condition par rapport à une posture.

(N.B.: Des sevrages à la codéine sont également pratiqués dans les prisons du canton de Fribourg.)

Au cas où des complications physiques étaient à prévoir, comme cela peut arriver lorsque le toxicomane est à la fois consommateur d'opiacées, de cocaïne, d'alcool et de médicaments, et pour

autant que les personnes en question soient disposées à collaborer avec des médecins, le Centre psychosocial peut aussi demander que le sevrage ait lieu à l'Hôpital cantonal.

En raison des problèmes spécifiques des patients, il est cependant apparu que le fonctionnement de l'Hôpital cantonal n'était parfois pas tout à fait adapté à leurs besoins.

Ainsi, même s'il existe actuellement des possibilités de sevrages physiques à l'Hôpital psychiatrique de Marsens ou au Centre psychosocial, cela n'est pas une raison pour baisser les bras. Car, en effet, plus le choix du sevrage correspond aux besoins particuliers du client, plus les chances de succès sont importantes. Cela contribue en outre à diminuer quelque peu le coût de la santé, ce qui, étant donné la situation économique actuelle, n'est pas non plus à négliger.

Martin HOŠEK

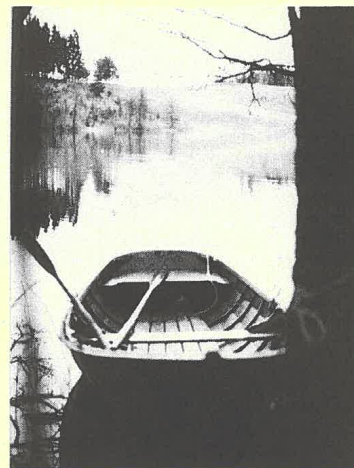


Photo Martin HOŠEK

ET AILLEURS?

Le «Freier Fall» de Berne

Dans le cadre de notre travail sur service social du Tremplin, nous rencontrons fréquemment des personnes souhaitant faire un sevrage physique. L'Hôpital psychiatrique de Marsens s'avère alors être la seule possibilité officiellement reconnue pour les sevrages stationnaires. Quoiqu'il puisse convenir dans certaines situations, l'Hôpital psychiatrique (de manière générale) ne correspond de loin pas aux besoins d'une majorité de personnes voulant faire un sevrage. Il nous semble utile et intéressant de relater dans ces lignes le concept d'un lieu de sevrage d'outre-Sarine qui nous paraît une alternative très intéressante aux institutions traditionnelles de sevrage.

Le «Freier Fall» (trad. «chute libre») a comme point de départ, dans les années huitante, le manque de possibilités de sevrages physiques à seuil bas, c'est-à-dire plus proches de la réalité quotidienne des toxicomanes, sans condition préalable au sevrage, avec un processus d'admission facilité, et surtout sans l'exigence de suivre une posture.

Un petit groupe de personnes décidait alors d'effectuer des sevrages d'héroïne de manière ambulatoire chez les personnes concernées. Elles ont fondé l'association «Freier Fall».

Mais justement, beaucoup de toxicomanes n'avaient pas de domicile, vivaient dans la rue. L'association décidait alors de louer un appartement de 4 pièces dans un quartier de la ville de Berne.

Le but de l'association est d'offrir un accompagnement de sevrage, une alternative aux possibilités institutionnelles existantes, plus proche de la «zone» pour les toxicomanes aux drogues illégales, en garantissant l'anonymat.

L'association offre aux toxicomanes du canton de Berne un accueil de courte durée pour l'accompagnement des sevrages physiques (env. 10 à 15 jours). La prise en charge ne coûte rien aux toxicomanes bernois. Les sevrages sont effectués sans médicament ou drogue de substitution.

L'association prend en charge deux à trois personnes à la fois. L'accompagnement se fait vingt-quatre heures sur vingt-quatre, dans un cadre protégé.

Les symptômes de sevrage sont abordés par un large assortiment de moyens tels que bains, massages, tisanes, etc.

L'offre thérapeutique la plus importante consiste en des entretiens avec les permanents qui, vu le petit nombre de personnes et l'ambiance non institutionnelle, s'avèrent rapidement intenses et profonds.

L'autre offre comprend des activités communes, telles que les tâches ménagères, les achats, la cuisine mais encore des promenades, le cinéma et autres loisirs.

Les portes de l'appartement ne sont jamais fermées à clé. Chacun est libre d'interrompre son processus.

Les personnes intéressées peuvent prendre contact par téléphone avec un membre de l'association afin de recevoir les premières informations (place disponible...). Sans contre-indication, un entretien d'admission est fixé pour le lendemain. Les clients viennent avec leurs affaires personnelles et, s'il y a accord de part et d'autre, ils peuvent rester tout de suite dans l'appartement.

Les contre-indications à une admission comprennent en principe des complications médicales éventuelles, des maladies infectieuses ou un dosage trop élevé de méthadone.

Les sevrages d'héroïne «pure» sont aujourd'hui très rares. Le produit que l'on trouve sur le marché noir ne contient que 5 à 15% d'héroïne, le reste étant constitué par des médicaments et des amphétamines. A cela s'ajoute une nette tendance à la polytoxicomanie où la cocaïne joue un rôle prépondérant, ce qui a considérablement modifié le déroulement du sevrage (sa durée, entre autres).

Le contrat contient un certain nombre de règles à respecter: règlement de maison, durée du séjour (pas plus de 2 semaines), assurances, procédure d'exclusion

en cas de rupture du contrat, droits et devoirs des clients.

Le processus d'admission exige que l'intéressé téléphone lui-même et qu'il vienne seul à l'entretien d'admission. Des demandes faites par des tierces personnes, autorités, services sociaux, familles, ne sont pas acceptées par l'association.

Durant l'année 1991, 104 personnes se sont adressées au «Freier Fall». Le coût réel d'une journée est de 460 francs. L'Etat subventionne entièrement le coût de ce programme de sevrage. D'autres villes du canton de Berne ont créé des offres semblables, comme par exemple le «Klarer Fall» à Thoun et le «Fallschirm» à Bienne.

A notre connaissance, aucun service semblable n'existe en Suisse romande. A Fribourg, la réflexion est entamée, le besoin existe, alors à bientôt?

Claire RÖLLI

La villa «Les Crêts» de Genève

La villa «Les Crêts» est un centre de sevrage situé en ville de Genève. Division pour toxicodépandants depuis 1986, elle dépend des institutions universitaires de psychiatrie genevoise (IUPG). A notre connaissance, la villa «Les Crêts» est le seul centre de Suisse romande qui offre une structure spécialisée dans la désintoxication de toxicomanes. Partout ailleurs, ce type de prise en charge est soit accompagné d'une posture effectuée dans la même institution, soit mixte, comme dans les hôpitaux psychiatriques où la population toxicomane côtoie les autres patients de l'établissement. L'unité de sevrage occupe un bâtiment uniquement réservé à cet effet, elle dispose de six places. Parfaitement intégrée au quartier de Champel, la villa offre un

cadre accueillant et intime incomparable avec l'anonymat du centre hospitalier traditionnel.

La procédure d'admission comprend un entretien préliminaire auprès d'un médecin psychiatre et d'une infirmière. La personne intéressée doit faire sa demande elle-même, sur la base d'un certificat médical. L'urgence somatique ou psychiatrique ainsi que toute entrée non volontaire sont les deux contre-indications à une admission.

Le séjour dure environ deux à trois semaines. Les frais d'hospitalisation sont financés par les caisses-maladie. Le patient est pris en charge sous divers aspects:

- l'aspect médical d'abord, comprenant entre autres un bilan de santé complet, un traitement médicamenteux pour le sevrage physique et un groupe de discussion sur la santé (thèmes abordés: le SIDA, la sexualité, la prévention, etc.)
- l'aspect psychologique ensuite, consistant en des entretiens individuels ou des participations à des groupes thérapeutiques qui peuvent déboucher sur une prise en charge psychothérapeutique à la sortie et enfin
- l'aspect social et éducatif, faisant intervenir le réseau significatif du patient (famille, conjoint, enfant, assistant social, amis...).

Diverses activités et loisirs font partie du fonctionnement du centre. La sortie se prépare avec le patient, elle peut déboucher sur une posture en institution.

* * *

Indépendamment de la qualité des soins délivrés à l'hôpital psychiatrique, une connotation péjorative et tenace ternit encore sa réputation au point de décourager parfois le toxicomane de s'y faire soigner. La conception d'un centre de sevrage du type de la villa «Les Crêts» pourrait au contraire l'encourager à franchir cette pénible et angoissante étape vers l'abstinence.

Un modèle de référence? La villa «Les Crêts» l'est sans doute, mais encore faut-il l'adapter à la réalité fribourgeoise.

Nicolas FAVRE



Photo Martin HOŠEK



LA FRIBOURGEOISE
GENERALE D'ASSURANCES

DANS LA COURSE AVEC VOUS

JEAN-PIERRE BRUNISHOLZ
Agent général

Rue de Lausanne 8 1700 Fribourg 037 - 22 82 72



Bulletin d'inscription à remplir et à retourner à: **Le Tremplin**
Av. Weck-Reynold 6, 1700 Fribourg

NOM: PRÉNOM:

Rue: N° de tél.:

N° postal et localité:

Je m'engage comme:

personne ou famille d'accueil

abonné à votre journal en versant Fr. 25.- par année (tous les abonnés deviennent d'office membre de l'Association «Les Amis du Tremplin»)

je voudrais avoir un contact avec Le Tremplin