

“Il faudrait prescrire du baclofène de façon encadrée aux personnes qui sont au bout du rouleau.”

# J'ai vaincu ma dépendance à l'alcool GRÂCE AU BACLOFÈNE

**J'**ai commencé à boire à l'âge de 16 ans. J'étais une adolescente timide et j'avais besoin de l'alcool pour me désinhiber. La dépendance s'est installée petit à petit. Les doses dont j'avais besoin ne faisaient qu'augmenter. À un moment, ça m'a fait peur et je me suis dit qu'il fallait que je réagisse. En 2008, j'ai failli consulter un alcoologues, mais j'ai tergiversé. Je savais que le traitement passerait obligatoirement par l'abstinence... et cela me paraissait impossible. Puis, je suis tombée sur un article dans le journal local parlant du baclofène : un médicament qui pouvait guérir l'alcoolisme. La solution de facilité pour moi ! Je me suis documentée

Sylvie, 54 ans, s'estime guérie de son alcoolisme grâce à un médicament qui n'est pas reconnu dans cette indication, le baclofène. En France, 20 000 personnes auraient tenté l'expérience.

sur Internet, j'ai acheté le livre du Dr Olivier Ameisen, *Le dernier verre*, (éd. Denoël), dans lequel il raconte sa guérison grâce à ce produit, et j'ai été convaincue.

### Je me sens libre !

Comme nous habitons pas loin de l'Espagne, un pays plus permissif que la France en matière de médicaments, j'ai décidé de m'en procurer là-bas. J'aurais pu demander à mon médecin généra-

liste, mais j'avais honte. Il ne s'est jamais douté que j'avais un problème avec l'alcool. J'ai un travail, un mari, des enfants... Cela ne transparaissait pas sur mon visage. J'ai donc tenté ma chance en Espagne. Dans une pharmacie sur deux, on m'a vendu du baclofène sans ordonnance. Alors, j'ai fait mes stocks. Je me suis soignée en automédication à l'aide du protocole qui est donné dans le livre d'Ameisen.

PHILIPPE GUJONNE C.N.

J'ai commencé par dix milligrammes par jour, pendant une semaine. Puis, je suis passée à 30 mg. Très vite, j'ai ressenti une grosse réduction du "craving", cette envie irrésistible de boire. Je suis montée jusqu'à 110 mg par jour et là, je me suis rendu compte que je n'avais plus du tout envie d'un verre! C'est simple: ça ne m'intéressait plus. J'étais libérée de cette obsession. J'aime toujours le vin et la bière et j'en bois désormais par plaisir, mais pas tous les jours, juste les week-ends. Je me sens libre! Et en plus, j'ai perdu 25 kilos alors que j'étais en surcharge pondérale.

### Arrêter ce médicament serait trop risqué

J'ai ressenti quelques effets secondaires, comme de la somnolence et un sommeil perturbé. Mais ils ont disparu en trois mois, d'autant plus que j'ai diminué ma dose de baclofène pour redescendre à 40 mg. Pour l'instant, je reste à ce niveau. Désormais, la grande question est: arrêter totalement ou pas? À l'heure actuelle, personne n'a la réponse. Personnellement, je n'ai aucune envie de retomber dans la dépendance, alors que ce médicament n'a aucun effet négatif sur moi. Arrêter serait trop risqué.

Je n'ai plus besoin d'acheter mon baclofène en Espagne. Un jour, j'ai pris mon courage à deux mains, et je suis allée chez mon médecin généraliste. Il est tombé des nues quand je lui ai raconté que j'avais eu un problème avec l'alcool. Mais il a accepté sans difficulté de me prescrire du baclofène, d'autant qu'à l'époque, j'étais redescendue à 70 mg par jour, posologie pour laquelle il a une autorisa-

## 3 QUESTIONS À Pr Philippe Jaury, professeur de médecine générale à l'université Paris-Descartes et addictologue.



### « NOUS PENSONS OBTENIR 50 % DE BONS RESULTATS »

À la fin de l'année, il devrait lancer une étude, financée avec des fonds publics, qui va comparer les effets du baclofène à un placebo. 300 patients seront suivis pendant un an.

• **Pourquoi cette étude ?**  
Nous espérons confirmer la validité du baclofène. Nous pensons obtenir 50 % de bons résultats, c'est-à-dire l'abstinence ou le retour à une consommation normale d'alcool (deux verres par jour pour une femme, trois pour un homme). Par comparaison, le placebo donne 20 % de bons résultats, les molécules disponibles, 20 à 25 %.

• **Comment ce décontractant musculaire peut-il être efficace ?**  
Le baclofène agit dans le

cerveau sur les récepteurs Gaba-B (un neurotransmetteur impliqué dans les addictions, NDLR), c'est-à-dire au même endroit que l'alcool. Il défend et calme l'angoisse.

• **Le baclofène est-il suffisant pour arrêter ?**  
Certains patients ont besoin parallèlement de tranquillisants, d'autres d'antidépresseurs. Mais il est sûr que la prise en charge de l'alcoolisme restera globale: à la fois sociale et psychologique, et pas seulement médicale.

tion de mise sur le marché (AMM). Si j'avais pris des doses plus fortes, je ne suis pas sûre que mon médecin se soit "mouillé" pour m'aider...

### Il faut prendre des mesures d'urgence

Je comprends les médecins qui refusent de prescrire du baclofène, parce qu'ils ne connaissent pas les effets de ce médicament. Mais je trouve inadmissible que certains fassent semblant de ne pas savoir. Ceux qui connaissent le baclofène savent que ça marche. Des études le montrent. Mais il y a beaucoup d'intérêts financiers en jeu. Le jour où on

reconnaitra que ce médicament guérit l'alcoolisme, il n'y aura plus de place pour d'autres molécules. Or, c'est un marché très juteux. Et comme le baclofène est tombé dans le domaine public, il ne rapporte rien.

C'est une bonne chose que le Pr Jaury lance une nouvelle étude sur le baclofène (lire l'interview ci-dessus). Mais il va falloir attendre deux ans avant d'avoir les résultats. Et pour moi, il est évident qu'ils seront probants. En attendant, il faudrait prendre des mesures d'urgence en prescrivant du baclofène de façon encadrée aux personnes qui sont au bout du rouleau. Je le vois autour de moi, il y a des familles qui partent en ville à cause de l'alcool! Et c'est pour les aider que j'ai ouvert un forum sur Internet au début de l'année et créé l'association Baclofène ([www.baclofene.org](http://www.baclofene.org)) au mois de mai. ■

Propos recueillis par Sylvie Dellus

## MISE EN GARDE DE L'AFSSAPS

Ce médicament, mis sur le marché en 1974, est commercialisé sous le nom de Lioréal. Tombé dans le domaine public, il a des génériques. Il est indiqué dans les contractures musculaires à la dose de 75 mg maximum. Les médecins peuvent en prescrire en dehors de cette indication, sous leur responsabilité. Pour vaincre leur alcoolisme, certaines personnes doivent prendre plus de 300 mg par jour. En juin dernier, l'AFSSAPS (Agence française de sécurité sanitaire des produits de santé) a publié une mise en garde rappelant le manque d'études scientifiques sur son efficacité dans cette indication.

### À LIRE

**Le dernier verre,**  
Dr Olivier Ameisen,  
éd. Denoël, 19 €.

Dr Olivier Ameisen  
LE DERNIER VERRE

