Comme plus de 30 000 personnes en France, Sylvie Imbert a pris du baclofène pour en finir avec l'alcoolisme. Maintenant, elle se bat pour accélérer l'officialisation de ce traitement, qui n'a toujours pas d'autorisation de mise sur le marché pour cette indication.

Emmanuelle Billon-Bernheim

« Malade alcoolique, je suis devenue indifférente à l'alcool »

Aujourd'hui, j'apprécie la dégustation d'un bon vin ou d'une bière bien fraîche. L'alcool n'est plus un problème pour moi. » Ces propos, Sylvie Imbert, une Toulousaine de 54 ans, les savoure. Il y a encore quelques années, pour elle, boire était une addiction : « *Que le goût me plaise ou non, je buvais n'importe quelle boisson pourvu qu'elle contienne de l'alcool. Tous les prétextes étaient bons : une mauvaise comme une bonne nouvelle, la fatigue ou la nervosité, l'ennui ou l'action, etc. C'était systématique, tous les jours.* »

L'alcoolisme de Sylvie remonte à son adolescence. « *L'alcool a toujours été présent dans ma vie. Je buvais depuis mes 16 ans. Et très vite, j'ai consommé de façon excessive.* » Mais comme l'alcool ne détruit pas sa vie, Sylvie est socialement bien insérée, elle a une famille unie, deux grandes filles, un travail intéressant. Sans s'inquiéter réellement, elle est consciente de son problème puisqu'elle avoue minimiser sa consommation auprès de son entourage, qui ne se rend pas compte de son état de dépendance. Les années passent et la consommation d'alcool augmente. Elle n'a jamais été voir d'alcoologue et n'en a jamais parlé à son médecin. La notion d'abstinence la terrifie. « *Je ne pouvais pas m'imaginer la vie sans alcool. Je pensais ne pas tenir. Je repoussais le passage à l'acte encore et encore.* »

Le déclic

En 2009, Sylvie tombe par hasard sur un article de presse qui parle du baclofène et du livre du Dr Olivier Ameisen[1] : « *Le déclic a été facile pour moi. J'avais trouvé la solution et qui n'était pas l'abstinence.* » Comme elle habite le sud de la France, elle part en Espagne pour se procurer ce myorelaxant où il est en vente libre dans une pharmacie sur deux ou presque. Pour la posologie, elle suit les indications que donne le Dr Ameisen dans son livre et consulte des forums sur Internet. « *J'ai augmenté les doses progressivement* [voir encadré ci-contre] *pour atteindre 110 mg par jour avec, à la clef, la délivrance. La fin de l'obsession.* » La voix de Sylvie tremble. Elle ressent encore

Appel à témoignages

→ Vous vous occupez d'un de vos proches, malade ou dépendant. Quelles sont les informations qui vous ont été utiles en tant qu'aidant ? Où et comment avez-vous trouvé ces informations ? Votre expérience nous intéresse.

→ Écrivez-nous :
Que Choisir Santé
233, boulevard Voltaire
75011 Paris
sante@quechoisir.org

Des résultats qui s'accompagnent d'une grande prudence

De nombreuses études menées dans le monde entier montrent des résultats prometteurs. En France, une étude observationnelle dirigée par le Dr Philipe Jaury, médecin libéral et professeur de médecine générale à Paris-Descartes, publiée en mars 2012 dans la revue *Alcohol and Alcoholism*, a montré que, après douze mois de prise en charge, 59 % des 132 patients suivis sont devenus abstinents et 21 % des consommateurs modérés.

La dernière étude en date menée par le Dr Renaud de Beaurepaire, médecin psychiatre à l'hôpital Paul-Guiraud de Villejuif (94), publiée en décembre 2012 dans la revue *Frontiers in psychiatry* (www.frontiersin.org), prouve l'efficacité du baclofène sur un plus long terme : au bout de deux ans de traitement, 62 % des patients étaient devenus complètement abstinents ou avaient une consommation modérée.

Toutefois, selon l'Agence nationale de sécurité des médicaments (ANSM), ces observations du suivi de patients volontaires désireux d'arrêter l'alcool ne permettent pas encore de conclure. L'agence attend le résultat de deux études officielles[1] en cours, l'une en ville (Bacloville) et l'autre en milieu hospitalier (Alpadir), pour se prononcer sur la délivrance d'une autorisation de mise sur le marché (AMM). Mais il faudra encore patienter, car les résultats ne seront pas connus avant 2014 !

(1) Étude Bacloville : 0 800 97 98 98 ou contact@baclofene.fr
Étude Alpadir : etude.alpadir@gmail.com ou alpadir@live.fr

cette émotion intense le jour où elle a réalisé que le verre de vin commencé à l'apéritif traînait sur la table à moitié plein à la fin du repas : elle l'avait oublié ! *« Quand j'ai réalisé que je ne souffrais plus de cette envie insistante et persistante de consommer de l'alcool, ce fut un moment magique. Fini le craving, véritable moteur de la maladie alcoolique ! »*

Toutefois, pris à cette dose, le baclofène provoque des effets secondaires. Sylvie souffre de somnolence : *« Oui, avec 110 mg de prise quotidienne, je me couchais tôt. Mais pas forcément plus que lorsque j'étais complètement alcoolisée. »* Elle perd aussi l'appétit : *« Cela m'a bien arrangée, j'étais en surpoids. »* Plus difficile à supporter, elle dort mal et se réveille fréquemment la nuit : *« Ce n'est de toute façon que l'affaire de quelques mois, je suis redescendue progressivement à 40 mg et, à cette dose, je n'ai pas d'effets secondaires. »*

Le désir de partager

Cette victoire, Sylvie souhaite la partager. Elle a fondé l'association Baclofène en mai 2011 pour en faire profiter le maximum de personnes. *« Aujourd'hui, j'ai compris que l'alcoolisme n'est pas un vice, mais une maladie neurobiologique qui peut enfin être traitée efficacement et que l'abstinence n'est plus la seule alternative. »* Présidente de l'association, Sylvie y consacre désormais une grande partie de son temps. Elle se bat afin d'accélérer l'officialisation de ce traitement et pour que le baclofène soit enfin reconnu pour ce qu'il est, une clé de sortie de l'addiction. ■

(1) *Le dernier verre*, Olivier Ameisen, éd. Denoël, 2008.

RESSOURCES
Association Aubes : www.baclofene.fr
Association Baclofène : www.baclofene.com

Qu'est-ce que le baclofène ?

Le baclofène est à l'origine un myorelaxant autorisé depuis 1974 dans le traitement des contractures musculaires involontaires (myoclonies) d'origine cérébrale ou survenant au cours d'affections neurologiques (sclérose en plaques ou maladies de la moelle épinière). Il est aujourd'hui reconnu comme ayant aussi un effet sur la dépendance et sur l'appétence à l'alcool. Cependant, même si ce traitement ouvre des horizons pour l'instant jamais égalés avec une autre substance active, il ne suffit pas toujours pour sortir de l'alcoolisme. Cette addiction est une maladie complexe qui ne se résume pas à boire en excès. Elle masque souvent de multiples problèmes. Le baclofène ne guérit pas le « pourquoi » de l'alcoolisme. Privée de sa « béquille chimique », la personne peut se sentir perdue, voire dépressive. Un soutien psychologique de la part d'acteurs sociaux ou médicaux, de la famille et des amis s'avère souvent nécessaire.

Comment entamer un traitement ?

Depuis mai 2012, l'Agence nationale de sécurité des médicaments (ANSM) tolère un usage contrôlé du baclofène chez les patients alcoolo-dépendants. De plus en plus de médecins prennent de ce fait la responsabilité d'en prescrire.

La première étape consiste à en parler avec son médecin traitant. S'il ne connaît pas ce médicament, suggérez-lui de se renseigner sur le forum réservé aux médecins sur le site Internet de l'association Aubes (www.medecin-baclofene.fr) ou sur le site (encore en construction) créé par une association de médecins (www.resab.fr), ou encore apportez-lui des documents scientifiques publiés sur le site de l'association Baclofène (www.baclofene.com). Vous pouvez aussi contacter cette dernière association qui a établi une liste de 800 médecins répartis dans toute la France qui en prescrivent. Commencer seul et sans suivi médical n'est, de loin, pas la meilleure solution.

Combien ça coûte ?

Le baclofène n'est pas remboursé puisqu'il est prescrit hors autorisation de mise sur le marché (AMM) sauf dans les cas où le médecin prescripteur fait une demande de remboursement exceptionnel auprès de la caisse d'assurance maladie. La boîte de 30 comprimés de 10 mg coûte 3,35 €. Il est déconseillé d'acheter du baclofène sur Internet, comme tout autre médicament. Attention aux copies contrefaites. Il est en vente libre en Espagne, en Grèce, au Maroc, dans plusieurs pays de l'Est, entre autres.

Quelles sont les doses ?

La dose journalière efficace diffère selon les individus. Elle est en moyenne de 120 à 140 mg par jour, mais certaines personnes réagissent à une dose bien moindre, de l'ordre de 30 mg, et d'autres ont besoin de doses plus élevées pouvant aller jusqu'à 400 mg. C'est à chacun d'écouter son ressenti. L'initiation et la fin du traitement doivent être très progressives pour éviter au maximum les effets secondaires. Le Dr Renaud de Beaurepaire, médecin psychiatre à l'hôpital Paul-Guiraud de Villejuif (94), conseille d'augmenter les doses de 30 mg par semaine, donc d'ajouter un comprimé de 10 mg tous les 3 jours jusqu'à obtention de la dose quotidienne efficace. À fortes doses, somnolence, fatigue, maux de tête, vertiges, fourmillements, troubles digestifs, etc. apparaissent assez fréquemment, mais ces symptômes disparaissent généralement avec la durée du traitement.

Attention Si vous souffrez de problèmes respiratoires, d'une maladie cardiaque, d'une insuffisance rénale ou encore de troubles psychiatriques, ce médicament peut vous être néfaste. Il vaut mieux prendre un avis médical.