

Laurence s'est libérée de l'alcool grâce au Baclofène

# «Le 43<sup>e</sup> jour, je n'ai plus eu envie de boire»

**TÉMOIGNAGE** Abstinence, Antabuse, psychothérapie... Pendant plus d'une vingtaine d'années, elle a tout essayé pour en finir avec sa dépendance à l'alcool. Sans succès, jusqu'au 17 décembre 2012.

**Geneviève Comby**  
genevieve.comby@lematindimanche.ch

«Après quarante-trois jours, je n'avais plus envie de boire, c'était le 17 décembre.» Un chiffre, une date, qu'elle répète, comme pour s'assurer que le rêve ne va pas se briser, qu'elle ne va pas se réveiller, se verser un verre, deux, dix, jusqu'à tomber. A 50 ans, Laurence a tout essayé pour se débarrasser de sa dépendance à l'alcool, les groupes de soutien, l'abstinence, la psychothérapie, l'Antabuse. Sans succès. Jusqu'au Baclofène, ce médicament que certains qualifient de miraculeux.

«La seule chose que je n'avais pas tentée, c'est une cure, raconte-elle sans détour. Je ne voulais pas m'éloigner de mon travail. Je n'avais plus que ça pour garder un semblant de vie sociale. J'ai toujours eu des amis, mais quand ils m'appelaient pour m'inviter à manger, je leur disais que ce n'était pas la peine, qu'à 18 heures je serais déjà saoule.»

«J'étais usée, je n'avais plus de projets, à part boire»

Aujourd'hui installée dans le Nord vaudois, Laurence n'a jamais vraiment vécu dans le déni. Très vite, elle a compris qu'elle avait, comme sa mère, un dangereux penchant pour la bouteille. Pendant des années, elle enchaîne les week-ends et les fêtes bien arrosées. Il y a sept ans, son mari meurt et sa fille quitte la maison pour finir ses études à l'étranger. Laurence glisse vers une alcoolisation régulière et massive.

«Pourquoi moi?»

«Je savais comment fonctionnait la maladie, mais j'ai toujours voulu comprendre pourquoi. Pourquoi j'avais besoin d'alcool, pourquoi moi, et pas mes sœurs, alors que nous avons à peu près le même parcours, que je n'ai pas vécu de traumatisme particulier», raconte la quinquagénaire en tournant et retournant le bracelet qu'elle porte au poignet. Devant elle, sur la table basse du salon, le livre d'Olivier Ameisen, «Le dernier verre», publié en 2008, dans lequel le cardiologue français raconte comment le Baclofène, un décontractant musculaire, l'a libéré de sa dépendance à l'alcool.

Décrits depuis le début des années 90, mais restés confidentiels durant près de vingt ans, les effets



A 50 ans, dont près de la moitié passée à se battre contre l'alcool, Laurence a retrouvé le goût de vivre.

Eddy Mottaz

«Mon armoire n'a jamais été aussi remplie de bouteilles pleines!»

du Baclofène dans le traitement de ce genre d'addictions sont aujourd'hui discutés au grand jour, même s'ils font encore débat (*lire l'encadré*).

Laurence, elle, entend parler du fameux médicament par hasard en 2011, en surfant sur le Net. Elle découvre alors des forums, des témoignages surprenants, trouve un médecin pour lui en prescrire et entame un traitement. Une dernière chance.

«J'étais usée, je n'avais plus de projets, à part boire. Je buvais même si je savais que ça détruisait ma vie, que je risquais de détruire celle des autres, que je faisais souffrir mes proches.» Jusqu'au 43<sup>e</sup> jour du traitement. «Ce jour-là, il m'a fallu une heure et demie pour finir mon verre de rosé, se souvient-elle. Une amie m'a rejointe au café. Elle a recommandé un demi que je n'ai même pas touché. Je n'étais pas dégoûtée, je n'en avais simplement pas envie. Ça paraît incroyable. Moi aussi, je n'en revenais pas.»

**Effets secondaires**

Jusqu'à-là, le traitement n'avait toutefois pas été qu'une partie de plaisir. Laurence n'avale pas une goutte d'alcool la première semaine: trop de nausées. «La deuxième semaine, j'ai repris ma consommation habituelle, ou presque, sachant que le médicament amplifie l'effet de l'alcool.» Son médecin augmente progressivement les doses. «A 90 mg par jour, j'ai fait un palier à cause des effets secondaires.» Laurence souffre de somnolence, de troubles du sommeil. Pendant trois jours, elle a des raideurs dans les doigts. Elle perd partiellement le goût des aliments, maigrit mais continue. A 125 mg quotidiens, après 43 jours, elle est devenue indifférente à l'alcool.

«Je buvais, je ne bois plus. Je suis guérie. C'est aussi simple que ça. Mon armoire n'a jamais été aussi remplie de bouteilles pleines! J'en sors quand des amis viennent à la maison. Ça ne me dérange pas de voir les autres boire.» Elle prend un verre, peut-être deux. «Des bonnes choses! J'ai bu une coupe de champagne pour mes 50 ans», rit-elle. Un toast pour une renaissance.

Aujourd'hui, elle ne se torture plus à force de se demander pourquoi. Elle ne guette plus la fermeture du Primo du coin pour ne pas être à sec. Elle savoure. Libérée de la tyrannie de l'alcool et du dégoût de soi: «Je parle de tout ça parce que j'en ai fini avec la honte. Je sais que les gens réagissent différemment au Baclofène, mais si mon histoire permet d'aider une seule personne à guérir, je serai la plus heureuse des femmes.»

## AUTORISATION TEMPORAIRE EN FRANCE

**ÉVALUATION** En 2008, le cardiologue français Olivier Ameisen provoquait un séisme en racontant dans un livre («Le dernier verre», Ed. Denoël) comment un décontractant musculaire, le Baclofène, l'avait libéré de sa dépendance à l'alcool. Cinq ans après, ce «médicament miracle» fait toujours débat. Prescrit jusqu'ici sans autorisation de mise sur le marché par certains médecins, le Baclofène bénéficie d'une impression favorable sur son efficacité. Cependant, les données scientifiques manquent encore concernant son influence sur le cerveau, notamment sur l'envie irrépressible de boire. Deux essais cliniques apporteront des réponses d'ici à une année.

En attendant, l'agence française du médicament devrait, début juillet, lui accorder une recommandation temporaire d'utilisation. Une décision qui intervient lorsque le rapport bénéfice/risque d'un médicament est présumé favorable.

En Suisse, la retenue prévaut encore du côté des autorités sanitaires. Mais face au manque de moyens thérapeutiques pour traiter la dépendance à l'alcool, quelques médecins ont décidé de prescrire du Baclofène. C'est le cas du Genevois Pascal Gache. En sept ans, il a suivi 340 patients. «Dans la moitié des cas, les résultats obtenus ont été de bons à très bons, ça ne marche pas pour un quart des patients et le dernier

quart arrête à cause des effets secondaires», détaille-t-il. Somnolence, vertiges, crampes, syndrome confusionnel, dépression... les effets secondaires ne sont pas anodins. Une question sensible, d'autant plus que certains n'obtiennent de résultat qu'à partir d'une dose journalière très élevée. «Les réactions varient énormément d'une personne à l'autre, sans que l'on sache encore pourquoi», admet le Dr Gache. Lui augmente très progressivement la posologie jusqu'à trouver la dose qui permet de se détacher l'envie de boire. La diminution de la posologie intervient après un certain temps. Pour certains avec succès. Pour d'autre non. ●