



LES ADDICTIONS (TABAC, ALCOOL, JEUX VIDEOS ...)



Vocabulaire : pathologie cérébrale, dépendance, substance, activité, diagnostic, risque, traitements, motivation.



Notions clés : ● Les addictions sont des pathologies (maladies) cérébrales définies par une dépendance à une substance ou une activité.

● Les addictions les plus répandues concernent le **tabac** (nicotine) et l'**alcool**. Viennent ensuite le **cannabis** et, loin derrière, les **opiacés** (héroïne, morphine), la **cocaïne**, les **amphétamines** et dérivés de synthèse. Il existe également des addictions liées à des activités comme les **jeux d'argent**, les **jeux vidéo**, le **sexe** ou encore les **achats compulsifs**.



● DIAGNOSTIC :

Les 11 critères diagnostics :

- **Besoin irréprensible** de consommer la substance ou de jouer.
- **Perte de contrôle** sur la quantité et le temps dédié à la prise de substance ou au jeu.
- **Beaucoup de temps** consacré à la recherche de substances ou au jeu.
- **Augmentation de la tolérance** au produit addictif.
- Présence d'un **syndrome de sevrage**, c'est-à-dire de l'ensemble des symptômes provoqués par l'arrêt brutal de la consommation ou du jeu.
- **Incapacité** de remplir des obligations importantes.
- Usage même lorsqu'il y a un **risque physique**.
- **Problèmes** personnels ou sociaux.
- **Désir** ou **efforts persistants** pour diminuer les doses ou l'activité.
- **Activités réduites** au profit de la consommation ou du jeu.
- **Poursuite** de la consommation malgré les dégâts physiques ou psychologiques.

Les addictions entraînent souvent des dépendances physiques (le corps s'habitue à la substance ou à l'activité, il lui en faut toujours plus pour atteindre le même besoin de satisfaction) et/ou psychique (le cerveau ne peut plus se passer de la substance ou de l'activité) dont il est difficile de s'affranchir seul.

L'addiction est qualifiée de **FAIBLE** si 2 à 3 critères sont satisfaits, **MODEREE** pour 4 à 5 critères et **SEVERE** pour 6 critères et plus.

● RISQUES INDIVIDUELS ET ENVIRONNEMENTAUX A L'ADDICTION :

La survenue d'une addiction repose sur **3 composantes** :

- ☞ L'**individu** (vulnérabilité, anxiété, nervosité, tendance dépressive, caractère introverti...âge du début de la consommation ou de la pratique de l'activité).
- ☞ L'**environnement** (individu qui grandit dans une famille qui fume, disponibilité de la substance ...)
- ☞ Le **produit** ou l'**activité** (facilité d'accès au produit ou à l'activité...)

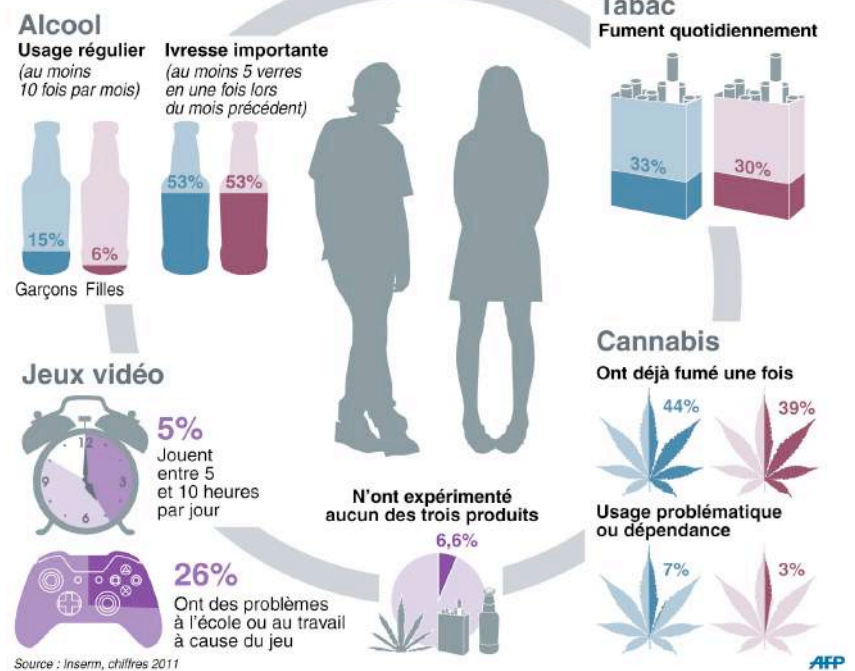
● INSTALLATION DE L'ADDICTION

Elle implique 3 mécanismes :

- ☞ **Augmentation de la motivation** à consommer la substance ou de pratiquer l'activité.
- ☞ **Etat émotionnel négatif** (recherche d'un soulagement).
- ☞ **Diminution de la capacité à se contrôler** (perte de contrôle de la consommation ou de la pratique).

Les ados et leurs addictions

Les niveaux de consommation des jeunes de 17 ans



● TRAITEMENTS :

Le traitement des conduites addictives sont longues. **Ils doivent tenir compte de la dépendance physique et psychique** et nécessite souvent une **prise en charge pluridisciplinaires** : médecins, psychologues, infirmiers, éducateurs spécialisés, diététiciennes et assistantes sociales, groupes de parole.

Selon les addictions des moyens spécifiques peuvent être proposés : cigarette électronique ou patch nicotinique pour le sevrage tabagique, pour le cannabis la thérapie impliquant la famille offre de bons résultats, pour le sevrage alcoolique des médicaments comme le nalméfène sont efficaces....

Le **succès** dépend essentiellement de la **motivation** du patient !