



## TRAME RPIB

### POUR LA RÉALISATION DU REPÉRAGE PRÉCOCE INTERVENTION BRÈVE

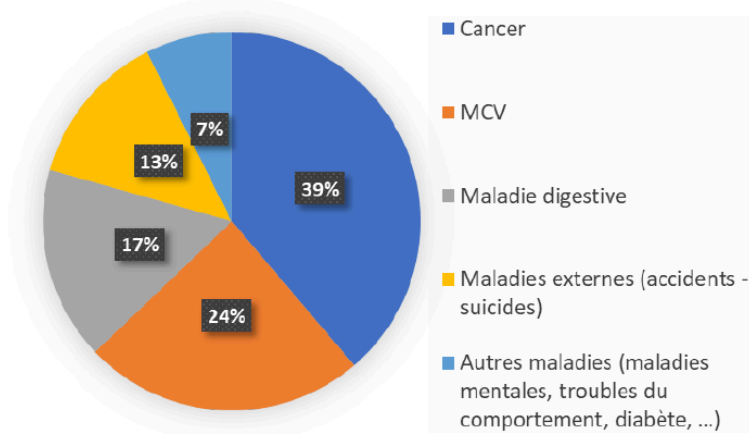
ETAPE RPIB	EXEMPLES DE QUESTIONS À POSER AU PATIENT / DE DISCOURS À TENIR	OUTILS À DISPOSITION
1- Auto-évaluation de la consommation par le patient	<p><i>“Je vous propose d’évaluer votre consommation de ... avec l’outil suivant”</i></p> <p><i>[Si refus, ne pas insister ]</i></p>	<p><a href="#">Questionnaire Face - Alcool</a>  <a href="#">Questionnaire IAT -Ecrans</a>  <a href="#">Questionnaire CAST - Cannabis</a></p> <p><a href="#">Flyer CPTS évaluation consommation alcoo - AUDIT*</a>  <a href="#">Flyer CPTS test dépendance Tabac*</a></p> <p>*commande possible sur site CPTS</p>
2- Restituer les résultats du repérage	<p><i>“Que pensez-vous du score obtenu?”</i></p> <p><i>“Etes-vous étonné de ce résultat?”</i></p> <p><i>“Pensiez-vous que votre consommation pouvait vous poser un problème?”</i></p>	Voir résultats des tests
3- Informer sur les risques	<p><i>“D’après vous, quels sont les risques associés à votre consommation?”</i></p> <p><i>“Etes-vous d’accord pour que je vous donne d’autres infos?”</i>                      =donner l’info</p> <p><i>“Qu’en pensez-vous?”</i></p> <p>= La réponse du patient permet d’orienter l’entretien</p>	<p><a href="#">Lien pdf “Drogues et conduites addictives”</a></p> <p><a href="#">Reglette Toxica</a></p>
4- Evaluer le degré de motivation	<p><i>“Sur une échelle de 1 à 10, quelle est votre motivation à modifier votre consommation ?”</i></p> <p><i>“Qu’est-ce qui vous permettrait d’être au chiffre du dessus?”</i></p> <p><i>“Pourquoi pas le chiffre du dessous?”</i></p>	
5- Echanger sur l’intérêt personnel de réduire son risque	<p><i>“Qu’est-ce que vous appréciez dans votre consommation?”</i>                      = Intérêt du statut quo</p> <p><i>“Qu’est ce que vous n’aimez plus?”</i>                      =Inconvénient du statu quo</p> <p><i>“Qu’est ce qui pourrait vous faire peur?”</i>                      = Inconvénient du changement</p> <p><i>“Qu’est ce que vous pourriez gagner en arrêtant?”</i></p>	<p>Schéma slalom décisionnel</p> 

	=Intérêt du changement	
6- Proposer des méthodes de réduction ou d'arrêt	<p><i>"Qu'est-ce que vous pourriez envisager pour modifier vos habitudes de consommation?"</i></p> <p><i>"Qu'est-ce que vous pourriez faire à la place de cet usage?"</i></p> <p>= si le patient n'a pas d'idée = Annexe Pense-bête</p> <p><i>"Certaines personnes font si ou ça par exemple"</i></p>	Annexe <a href="#">Pense-bête à destination des professionnels sur des exemples d'actions pour réduire les risques / la consommation</a>
7- Co-définir des objectifs et laisser le choix	<p><i>"Donc là vous dites que vous allez modifier votre consommation comme ci comme ça à partir de telle date."</i></p> <p>= Reformulation</p>	
8- Conclure et proposer un autre RDV ou réorienter	<p><i>"Etes vous d'accord pour qu'on en reparle, voir comment ça s'est passé lors d'un prochain rdv?"</i></p> <p>= fixer un RDV dédié et à court terme.</p>	Vers quelles ressources orienter mes patients en fonction de leurs usages : <a href="https://cptspaysbigouden.fr/professionnel-s-de-sante/vos-outils/outils-addiction/">https://cptspaysbigouden.fr/professionnel-s-de-sante/vos-outils/outils-addiction/</a>
9- Si besoin Remettre une documentation ou des liens vers de l'information, du conseil, des outils d'évaluation, des coordonnées d'association, ...		<p><b>Documentation pour les patients</b></p> <p><a href="#">Dépliants Addictions France</a> (alcool, tabac, cannabis, ..)</p> <p><a href="#">Application Alcootest by MAAF</a> pour estimer sa consommation d'alcool avant de prendre le volant</p> <p>Simuler son taux d'alcoolémie sur le site internet Addictions France : <a href="https://simulateur.addictions-france.org/">https://simulateur.addictions-france.org/</a></p> <p><b>Documentation pour les professionnels :</b></p> <p>-Guide HAS Diminuer la consommation d'alcool : <a href="#">HAS Diminuer sa consommation d'alcool</a></p> <p>-Reco HAS Arrêt du Tabac : <a href="#">Haute Autorité de Santé - Arrêt de la consommation de tabac : du dépistage individuel au maintien de l'abstinence en premier recours</a></p>

## ANNEXE - LES RISQUES ASSOCIÉS AUX DIFFÉRENTES SUBSTANCES

### ● Risques liés à la consommation d'alcool ([Santé Publique France, 2019](#))

Causes de décès attribuables à l'alcool  
(adultes de plus de 15 ans)



[http://beh.santepubliquefrance.fr/beh/2019/5-6/pdf/2019\\_5-6.pdf](http://beh.santepubliquefrance.fr/beh/2019/5-6/pdf/2019_5-6.pdf)

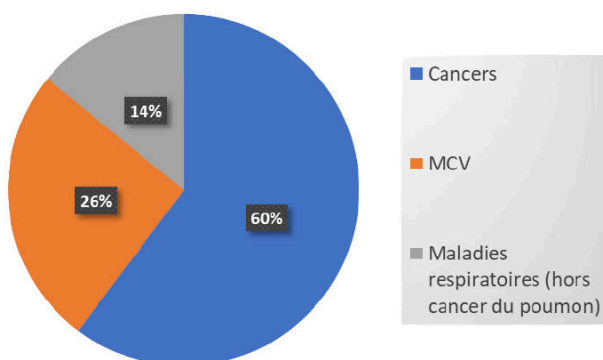
### ● Risques spécifiques des Alcoolisations Ponctuelles Importantes ([HAS, 2023](#))

La recherche d'ivresse de façon intentionnelle et aussi rapide que possible, quelles qu'en soient la raison et les modalités, est liée à des contextes (par exemple festif) et des prises de risques spécifiques :

- accidents de la voie publique et de circulation ;
- chutes et blessures ;
- vulnérabilité accrue ;
- diminution de la capacité d'autoprotection ;
- altération des capacités de réflexion et d'action (par exemple, incapacité à réagir et à se protéger) ;
- perte de maîtrise de soi (impulsivité, violences infligées ou subies) ;
- mise en danger de soi ou d'autrui ;
- pratiques sexuelles contraintes et/ou non protégées (IST, grossesse non désirée) ;
- conséquences immédiates pour l'état de santé : traumatisme, troubles digestifs, malaise, hypo-thermie, coma éthylique, toxicité neurologique, etc.

Causes de décès attribuables au tabac

### ● Risques liés à la consommation de Tabac



**Total : + de 75000 morts par an**

- Causalité prouvée dans 17 localisations de cancers
- Risque accru de cancer du sein si tabagisme pendant la formation de la glande mammaire
- Précocité des évènements CV chez les fumeurs
- Augmentation des évènements CV chez les femmes
- +37 à 44% de risque de diabète en plus
- + 42 à 44% de SLA
- 14% des démences seraient attribuables au tabac (OMS)
- Aggrave toutes les maladies inflammatoires (effet pro-inflammatoire)
- Impact négatif sur l'immunité (institut Pasteur 2024) qui perdure plusieurs années après le sevrage

Pour en savoir plus :

[https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2014-01/argumentaire\\_scientifique\\_arret\\_de\\_la\\_consommation\\_de\\_tabac.pdf](https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2014-01/argumentaire_scientifique_arret_de_la_consommation_de_tabac.pdf)

## ANNEXE - COMMENT RÉDUIRE LES RISQUES LIÉS À LA CONSOMMATION

- **Exemples d'actions pour réduire la consommation et les risques liés à la consommation d'alcool** ([HAS, 2023, page 27](#))

Se donner le droit de refuser de l'alcool sans craindre que cela soit une impolitesse ou un manque de respect pour la personne qui le propose ;

Au quotidien

- Limiter le nombre d'occasions de consommer en une même journée ;
- Éviter la consommation d'alcool en dehors de repas ;
- S'efforcer d'identifier et de renoncer aux verres considérés comme superflus et/ou de moindre importance ;
- Toujours mettre de l'eau à disposition en cas de consommation d'alcool (a fortiori en cas de forte chaleur) ;

Apéritifs & repas

- Commencer un apéritif par un grand verre d'eau pétillante pour éteindre la soif et éviter que le premier verre de boisson alcoolisée ne soit bu trop rapidement ;
- En cas d'apéritif, prévoir et proposer aussi diverses boissons non alcoolisées (eau plate et gazeuse, jus de fruits, cocktails sans alcool, eaux aromatisées, ice tea, bière sans alcool, etc.) ;
- Proposer de l'eau (plate, gazeuse) et des glaçons qui, tout en se mariant parfois très bien avec une boisson alcoolisée, peuvent en réduire la quantité absorbée ;
- Intercaler une boisson non alcoolisée, pour s'hydrater, entre les consommations d'alcool (par exemple, boire une bière sur deux sans alcool) ;

- Veiller à s'alimenter en cas de consommation d'alcool : que ce soit pendant le repas ou en cas d'apéritif en prévoyant toasts, feuilletés, fruits secs, légumes taillés, verrines, etc., en évitant les produits de grignotage trop salés (cacahuètes, chips) qui renforcent la sensation de soif ;
- Toujours prévoir 2 verres dont 1 pour l'hydratation à base de boissons non alcoolisées ;
- Ne pas resservir systématiquement en alcool, a fortiori sans l'accord préalable de la personne ;

#### Les associations à risque

- Éviter le cumul et les mélanges d'alcool ;
- Être vigilant avec le mélange « alcool et boissons sucrées » car ces dernières peuvent masquer le goût de l'alcool et favoriser ainsi sa consommation ;
- Se soucier de l'association « alcool et médicaments » (demander conseil au pharmacien ou à votre médecin traitant) ;
- Éviter l'association « alcool et boisson énergisante » (notamment à base de caféine) car pouvant masquer l'effet de l'alcool et favoriser ainsi sa consommation ;

- **Exemples d'actions spécifiques pour réduire les risques et les dommages des API (HAS, 2023, page 25)**

- S'alimenter avant et pendant les consommations (ne pas être à jeun pour attaquer une soirée) ;
- Ne pas boire trop vite ;
- S'hydrater très régulièrement (surtout avec de l'eau et toute autre boisson non alcoolisée en ayant à l'esprit que le goût sucré peut masquer celui de l'alcool) ;
- Éviter les mélanges d'alcools ;
- Éviter l'association à d'autres substances psychoactives ;
- Se renseigner sur le contenu de la boisson proposée (mélange d'alcools et/ou à d'autres substances psychoactives ayant pu être ajoutées à l'insu de la personne) ;
- Espacer les consommations ;
- Ne pas boire seul ;
- Avoir un entourage de confiance ;
- Disposer de préservatifs ;
- Avoir un capitaine de soirée (SAM) qui ne boit pas pour pouvoir assurer la conduite au retour ;
- Ne pas prendre le volant ou autre véhicule en état d'alcoolisation ;
- Dormir sur place ;
- Prendre soin de soi avant de prendre la route du retour (dormir, manger) et faire un éthylotest ;

- **Réduction de consommation / des risques Tabac**

[Haute Autorité de Santé - Arrêt de la consommation de tabac : du dépistage individuel au maintien de l'abstinence en premier recours](#)

- **Réduction de consommation / des risques Drogues**

<https://sante.gouv.fr/prevention-en-sante/addictions/article/la-reduction-des-risques-et-des-dommages-chez-les-usagers-de-drogues>