

# ASSUÉTUDES

## Ressources pour les professionnel.les de santé

Pour accéder aux ressources, cliquer sur le lien hypertexte souligné

### 1 ÉVALUER LA SITUATION

#### ÉVALUATION GLOBALE

“ Est-ce que cela vous arrive de fumer ?  
Ou de consommer des boissons alcoolisées ?  
D'autres substances ?

Combien de fois avez-vous utilisé une substance  
autre que l'alcool depuis 1 an ? ”

Des **questionnaires** peuvent être utiles pour affiner le screening et aider à poser un diagnostic de **Trouble lié à l'Usage de Substances (TUS) ou d'assuétudes comportementales** :

- ✓ Questionnaires spécifiques à certaines substances
- ✓ ou avec un abord plus général

A évaluer lors de **toute nouvelle consultation**, lors d'**une phase de changement** ou lors de l'**instauration d'un nouveau traitement**.  
A réévaluer au moins 1 x/an !

#### POSER UN DIAGNOSTIC

- ✓ Critères DSM-V

• Replacer la consommation dans son **contexte**  
• Comprendre **ce qui la sous-tend**

- ✓ Modèle trivarié (< Triade d'Olievenstein\*)

#### PRODUITS

##### Facteurs externes :

Mode d'administration, fréquence d'usage, quantité et qualité du produit, légalité, polyconsommation,...

##### Facteurs internes :

Toxicité, potentiel addictif, potentiel de modif. psychique,...

#### INDIVIDU

Age, genre, personnalité, état de santé mentale et physique, compétences psychosociales, histoires familiales, événements de vie,...

#### ENVIRONNEMENT

Milieu de vie, contexte de consommation, situation socio-économique, statut socio-juridique du produit, influence des pairs, ...

\*Adaptation d'Eurotox asbl

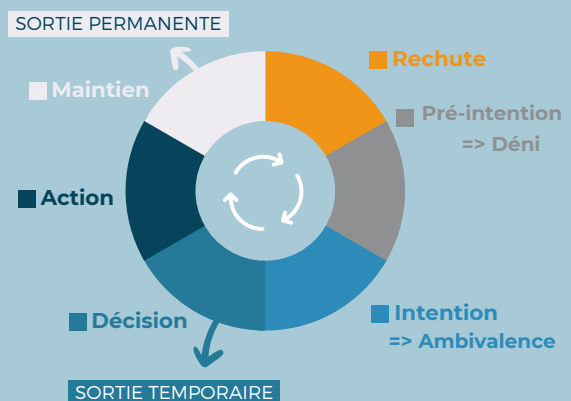
### 2 ACCOMPAGNER

#### RELATION DE SOINS = CLÉ

- Adopter une **attitude d'ouverture et de non jugement** autant que possible
- Favoriser l'**alliance thérapeutique**
- **Ne pas limiter la personne à ses assuétudes**, utiliser un langage précis et non stigmatisant

#### S'ADAPTER AU STADE DU/DE LA PATIENT.E\*\*

Les 6 étapes du changement selon Prochaska et Diclemente\*\*



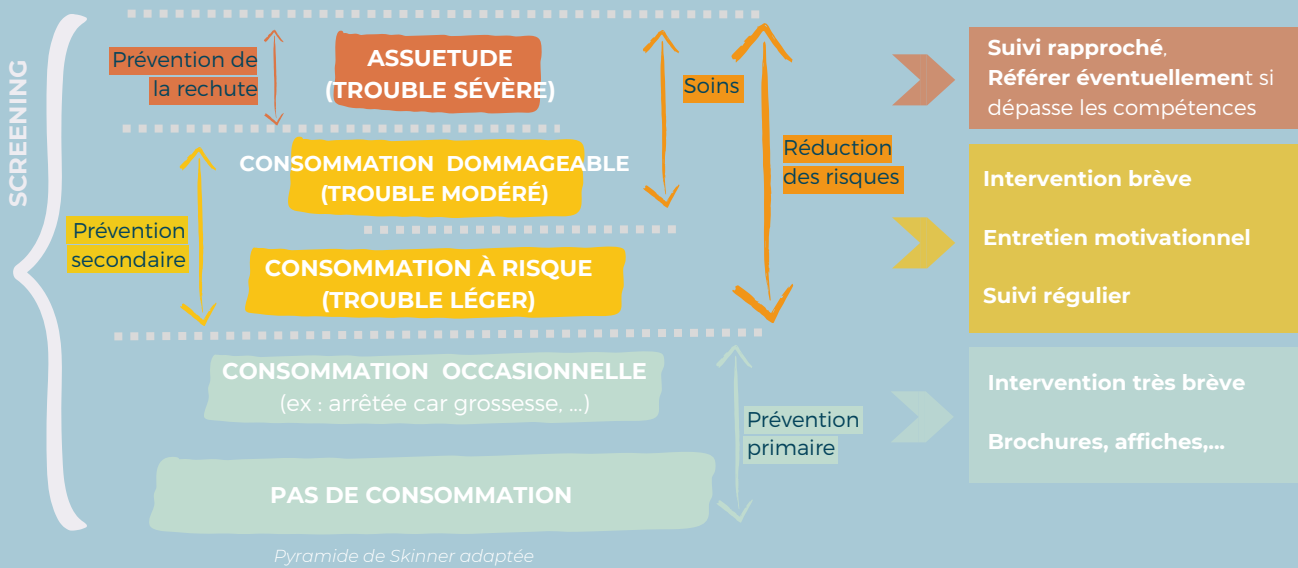
■ <b>Pré-intention</b>	Faire naître le doute ; donner des informations ; instaurer la confiance, instaurer une stratégie de réduction des risques
■ <b>Intention</b>	Créer une "balance décisionnelle", explorer l'ambivalence grâce à l'entretien motivationnel
■ <b>Décision</b>	Valoriser les décisions de changement, soutenir la recherche d'une stratégie efficace (objectifs ; ressources, planifications)
■ <b>Action</b>	Accompagner le ou la patient.e dans les étapes du changement (soutien et encouragement)
■ <b>Maintien</b>	Aider à identifier les situations à risque et à préparer des stratégies de prévention de la rechute, valoriser les efforts
■ <b>Rechute</b>	Aider à retourner au stade d'intention : dédramatisation, tolérance, adaptation, recherche de soutiens

\*\*Prochaska et Diclemente 1992, Eurotox 2018

## 2 (SUITE) ACCOMPAGNER

### DIFFÉRENTES INTERVENTIONS SONT POSSIBLES SELON LE NIVEAU DE CONSOMMATION :

A adapter selon la personne, son contexte et la substance ou les substances



### TIPS PRATIQUES

<b>Intervention très brève</b>	<b>"Avez-vous déjà pensé à arrêter ou diminuer votre consommation de ... ?"</b> (à répéter régulièrement, réagir en fonction du cycle du changement)					
<b>Intervention brève</b>	<b>F</b> <b>FEEDBACK</b> Quels risques associés, ... ?	<b>R</b> <b>RESPONSABLE</b> Elle prend ses propres décisions	<b>A</b> <b>AVIS</b> Votre opinion	<b>M</b> <b>MENU</b> Quelles options ?	<b>E</b> <b>EMPATHIE</b> Sans jugement	<b>S</b> <b>SENTIMENT AUTO-EFFICACITÉ</b> Elle est capable
<b>Entretien motivationnel</b>	<b>Outils</b> : questions ouvertes, écoute réflexive, valorisation, résumé, susciter le discours-changement <b>Principes</b> : exprimer l'empathie, développer la discordance, rouler avec la résistance, soutenir l'auto-efficacité <b>Esprit</b> : non jugement, collaboration, évocation, primauté de l'autonomie					

## 4 OPTIONS MÉDICAMENTEUSES POUR LES TUS

Les médicaments ne sont qu'une **partie limitée de la prise en charge**, il est essentiel de proposer un accompagnement approprié en tenant compte du modèle trivarié.

### TABAC

**Substitution nicotinique, Bupropione Zyban®**, nortriptiline Nortrilen®, Varenicline Champix®

### BENZODIAZÉPINE

Shift vers bzd de + longue durée d'action (calcul en équivalent diazepam -> dégressive), magistrale

### ALCOOL

- ✓ **Médicaments visant la diminution consommation** : Nalméfène Selincro®
- ✓ **Médicaments visant abstinence** : Acamprosate Campral®
- ✓ **Sevrage** : Diazepam Valium® (si cirrhotique ou personnes âgées) ; Oxazepam Seresta®

### HÉROÏNE

Traitement par agonistes opioïdes (TAO):  
**Méthadone** (magistrale), **Buprénorphine** (+/- naloxone Subutex ou Buvidal® (inj.)/Suboxone® ou Libroxar®

### CANNABIS, COCAÏNE, KÉTAMINE, ...

Pas de traitement validé au niveau de l'Evidence Base Medicine, prendre en compte le modèle trivarié

# 5 ORIENTER



## AMBULATOIRE

### MG ET PATIENT.ES

- **RESAD asbl 02/534.87.42** (soutien psycho-social patient.e et/ou entourage et MG; 3 antennes )

### EN PARLER ANONYMEMENT

- **RESAD 02/534.87.41**
- **Infor-Drogues 02/227.52.52**
- **AA-Alcooliques Anonymes 078/15.25.56**
- **NA-Narcotiques Anonymes 0476/64.30.54**
- **Aide Alcool** (aide en ligne)
- **Joueurs Aide en ligne** (jeux de hasard,...)

### APPUI SPÉCIFIQUES

#### PATIENT.E S'INTERROGE SUR SA CONSOMMATION

- **Infor-Drogues 02/227.52.52** (infos générales pour les patient.e.s et l'entourage)
- **Le Pélican 02/502.08.61** (suivi psy patient.e.s et entourage, groupes de self-help)
- **Aide Alcool** (aide en ligne)
- **L'alcool et vous 02/477.27.76/77** (info et bilan CHU Brugmann)
- **Tabacstop 0800/111.00**
- **Joueurs Aide en ligne** (jeux de hasard,...)

#### BESOINS SPÉCIFIQUES

- **Cannabis clinic 02/477.27.76** (CHU Brugmann)
- **Clinique du jeu + addictions comportementales 0800/35.777** (CHU Brugmann)
- **Clinique des troubles liés à internet et aux jeux (Saint-Luc) 02/764.21.60**
- **SAMPAS-Réseau Hépatite C 02/506.70.92**
- **CAP-ITI 02/538.47.90** (patient.e. incarcéré.e ou sorti.e de prison)
- **L'Ambulatoire-Forest 02/648.50.18** (patient.e. incarcéré.e ou sorti.e de prison)
- **La Trace 02/538.48.22** (activités sportives)
- **Sème qui peut 0488/58.89.81** (maraîchage)
- **Parentalité et addictions 02/535.30.51** (soutien à la parentalité dès le projet de grossesse)
- Espace femmes de **Dune, Transit** et **Douche Flux**
- **Epicentre** (espace de santé inclusif pour public LGBTQIA)
- **Artha** [equipe-artha@projetlama.be](mailto:equipe-artha@projetlama.be) (spécificité situation d'exil et vulnérabilité)

### SUIVI MÉDICO-PSYCHO-SOCIAL

#### PUBLICS VULNÉRABLES

- **Projet LAMA** (service bas-seuil, TAO)
  - Ixelles : **02/640.50.20**
  - Anderlecht : **02/524.33.52**
  - Molenbeek : **02/411.51.61**
- **La M.A.S.S. 02/505 32 90** (service bas-seuil, TAO)

#### APPROCHE PSYCHIATRIQUE

- **ENADEN 02/534.63.73** (consultation médico-psycho-social, patient.es et entourage)
- **Babel 02/543.03.43** (addiction et trouble psychiatrique)
- **Chapelle-aux-Champs 02/764.31.20** (patient.es et entourage); PEC spécifique alcool: **réseau dépendance Bruxelles-Est**
- **Centre des Addictions Epsilon** (plus haut seuil)

#### CONSULTATIONS AMBULATOIRES DANS LES HOPITAUX

- **CHU Brugmann site Horta 02/477.27.76/77**
- **Clinique Saint-Michel 02/614.37.50**
- **Clinique universitaire Saint-Luc 02/764.21.60**
- **Clinique Saint Jean 02/221.99.81**
- **Clinique Sainte Anne Saint Remy 02/434.37.65**
- **Molière Longchamp 02/432.81.32**
- **Sanatia 02/211.00.40**
- **UZ Brussel 02/ 477.60.12**

### SOUTIEN PAR LES PAIRS

#### GROUPES D'ENTRAIDE

- **AA - Alcooliques Anonymes 078/15.25.56**
- **Cl-Anon, Al-Ateen 02/216.09.08.47** (familles et proches)
- **NA -Narcotiques Anonymes 0476/64.30.54**

#### PAIR-AIDANCE

- **Cartographie de la pair-aidance** (à Bruxelles)
- **En-Route 0487/15.32.04** (pair-aidant.es en santé mentale, addiction et précarité)

#### LIEUX DE LIENS EN CAS DE SOLITUDE

- **Guide des lieux de liens**

#### SUITE :

Equipes mobiles (hors crises)  
Hospitalisation  
Résidentiel  
Prévention



## EQUIPES MOBILES (HORS CRISE)

- **Equipe Mobile PRECARITE 0496/26.77.62** (trouble de santé mentale et précarité)
- **SYNER'SANTE 0493/26.04.66** (médico-psychosocial et assuétudes)
- **Le Renfort 02/534.63.73** (médico-psychosocial)
- **COVER** *Projet Lama, equipe-cover@projetlama.be* (médico-psychosocial, veille sanitaire et squat/métro)
- **ARTHA** *Projet Lama, equipe-atha@projetlama.be* (spécificité situation d'exil et vulnérabilité)

## SI NÉCESSITÉ D'HOSPITALISER

### CURES OU TROUBLES PSYCHIATRIQUES ET/OU PHYSIQUES EN LIEN AVEC UNE ADDICTION

- **Hôpital Brugmann 02/477.27.76/77** (unité 72 alcool/cannabis, 73 drogue/polyconso)
- **Hôpital Saint-Michel 02/614.39.35** (psychiatrie générale, lits alcool et drogues)
- **Hôpital Saint-Luc 02/764.21.60** (hépatologie/alcool, internet/jeux)
- **Hôpital Saint-Jean 02/221.91.11** (psychiatrie générale, lits alcool et drogues, rdv pré-admission mais pas d'urgences)
- **Hôpital Sainte-Anne Saint-Rémy 02/434.35.41** (psychiatrie générale, lits alcool et drogues)
- **Hôpital Molière 02/348.59.00** (psychiatrie générale, lits alcool et drogues)
- **La Ramée (Epsilon) 02/431.76.00** (unité 1 psychiatrie générale et lits assuétudes)
- **Fond'Roy (Epsilon) 02/431.77.00** (unité 3 comorbidités alcool et psychose)
- **Clinique psychiatrique Sanatia 02/211.00.40** (psychiatrie générale et lits assuétudes)
- **Clinique Sans-Soucis 02/478.04.33** (alcool, dépendances relationnelles, cure et postcure)
- **UZ Brussel 02/477.77.22** (psychiatrie générale, lits alcool et drogues)

### APPUI INTRA-HOSPITALIER POUR LES PATIENT.ES

- **Interstices asbl** (CHU ST-Pierre)
  - Urgences addictions : **02/535.39.25**
  - Parentalité addictions : **02/535.30.51**
  - Liaison addictions : **02/535.30.52**
- **Addictions asbl 02/614.37.50** (équipe de liaison : hospitalisation Saint-Michel et Saint-Luc)

## RÉSIDENTIEL (HÉBERGEMENT)

### CRISE ET COURT SÉJOUR

- **TRANSIT 7j/7, 24h/24 : 02/215.89.90** (sans condition, max 13 jours)
- **ENADEN 24h/24 : 02/534.58.73** (rdv et acceptation préalable, max 2 semaines)

### APPARTEMENTS SUPERVISÉS

PATIENT.É STABILISÉ.É DANS SA CONSOMMATION,  
RÉINSERTION LOGEMENT

- **TRANSIT 02/215.89.90** (1 mois renouvelable et déjà dans du résidentiel)
- **Projet HESTIA 02/411.95.80** (Projet Lama)

### COURT SÉJOUR

- **ENADEN 02/465.639.90** (post-cure résidentielle communautaire de 3 mois avec accompagnement psycho-médico-social)

### LONG SÉJOUR ET COMMUNAUTÉS

HÉBERGEMENTS, SOUTIEN POSTCURE ET  
TRAVAIL À LA RÉINSERTION

- **La Pièce 02/534.71.70** (double diagnostic addiction + trouble psychiatrique, 6 mois renouvelable (pas de condition d'abstinence))
- **C.A.T.S. Solbosh 02/649.79.01** (postcure, 5 mois renouvelable, condition abstinence, possibilité "SAS" avant)

### CENTRES DE JOUR

ACTIVITÉS, MISE À L'ABRI EN JOURNÉE MAIS  
PAS D'HÉBERGEMENT

- **ENADEN 02/644.55.72** (6 mois, max 2 ans, adultes) **ENADEN** (jeunes de 15-25 ans)
- **L'Orée 02/347.57.57** (axé alcool essentiellement)
- **le Quotidien Fond'Roy 02/431.77.00**
- **Sans-Soucis 02/478.04.33**
- **Hélix** (clinique Saint-Jean) **02/225.92.51**

# PREVENTION ET RÉDUCTION DES RISQUES

## PREVENTION

- **INFOR-DROGUES 02/227.52.61** (sensibilisation, formation, accompagnement)
- **Prospective Jeunesse 02/512.17.66** (prévention addictions et promotion de la santé, formation)
- **Univers Santé 010/47.28.28** (prévention et promotion de la santé des publics scolaires/étudiant.es)
- **FARES** (prévention tabac)

## REDUCTION DES RISQUES (RDR)

- **DUNE 02/503.29.71** (infos, matériel stérile, soins infi, accueil social, consultation MG hors TAO, maraudes)
- **Comptoir LAIRR 02/215.89.90** (infos, matériel stérile,...) et **transit-rue** (maraudes, accompagnements,...)
- **Le Pilier 0490/56.75.51 ou 0491/39.61.24** (infos, accompagnements, matériel stérile, ...)
- **Salle de Consommation à Moindre Risque (SCMR-Gate) 02/253.59.99**
- **MODUS VIVENDI / MODUS FIESTA 02/644.22.00** (spécificité milieu festif, infos, actions RdR, testing de produits)

## EN CAS D'URGENCE

- Secours médicaux **112**



SOS

## URGENCES PSYCHIATRIQUES

**Selon assurabilité du/de la patient.e, localisation et disponibilité** (privilégier les hôpitaux avec services d'addictologie comme les CHU Brugmann et Saint-Luc)

## EQUIPES MOBILES DE CRISE (0-3 MOIS)

- **Tandem Plus 02/201.22.00** (diagnostic de trouble de santé mentale associé)
- **EMC Saint-Luc 0490/11.42.00** (diagnostic de trouble de santé mentale associé)
- **CRISIS-BXL: 02/209.16.36** jeunes 0-18 ans, 24/7

# BOITE À OUTILS



## INFORMATIONS SUR LES SERVICES ET STRUCTURES D'APPUI

- **Le Bon Plan** existe en version online et en version papier (Dune asbl)
- **FéDA Bxl** (infos sur les institutions existantes, anciennement FEDITO Bxl)
- **REPertoire SOCIAL.BRUSSELS**
- **RESAD** (voir onglet "ressources pratiques")

## INFORMATIONS ÉPIDÉMIOLOGIQUES ET SUR LES SUBSTANCES

- **RESAD** (voir onglet "ressources pratiques")
- **EUROTOX** (rapports épidémiologiques, recommandations de bonnes pratiques)
- **INFOR-DROGUES** (fiches produits)
- **MODUS VIVENDI** (brochures produits, réduction des risques et thématiques)
- **VAD** Vlaams expertisecentrum Alcohol en andere Drugs

