Hôpitaux
Universitaires
Genève

L'ESSENTIEL, C'EST VOUS.

ADDICTIONS SANS SUBSTANCE, MAIS NON SANS CONSÉQUENCES : QUELQUES REPÈRES À L'USAGE DU MÉDECIN

FORMATION CONTINUE REMED

19/05/2016

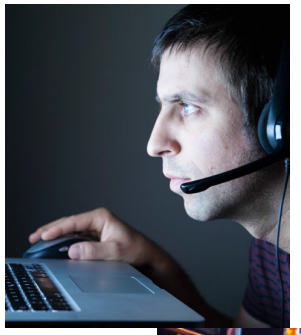
Dre Achab Sophia

Responsable du Programme NANT
Médecin adjointe au chef de service
Service d'addictologie,
Département de santé mentale et de psychiatrie,
HUG

Hôpitaux Universitaires Genève

UNIVERSITÉ DE GENÈVE
FACULTÉ DE MÉDECINE

A QUOI SE RÉFÈRE LE TERME?



- Il est fait référence au terme d'addictions sans substances (ASS) pour parler d'un certain nombre de comportements problématiques dont, l'addiction aux jeux de hasard et d'argent, l'addiction à Internet (ou cyberaddiction), les achats compulsifs, l'addiction au sexe, l'addiction au sport, voire le trouble d'hyperphagie boulimique.
- Dans les classifications officielles des troubles mentaux, seul le *jeu pathologique* (de hasard et d'argent) a été reconnu récemment comme un trouble addictif (APA, 2013).
- L'*addiction aux jeux vidéo en ligne* est elle mise dans une annexe de la récente classification de l'American Psychiatric Association (APA) afin d'encourager les recherches pour produire un rationnel d'inclusion parmi les addictions (APA, 2013).
- Les *achats compulsifs* se trouvent parmi les troubles du contrôle des impulsions (APA, 2000).
- Les autres ASS ne sont pas reconnues officiellement à ce jour.

Un vecteur, Internet

Hier Internet est né

Hier, Glop? Pas glop?

Hier, pas glop?

Aujourd'hui,
pandémie de peste Webonique?

Hôpitaux Universitaires de Genève

Aujourd'hui, glopalisation et orthopédie numérique

DAILY SINATH!

Quotidien d'une jeune femme Africaine...

Addict d'Internet, j'ai décroché !

2 avr 13

22 J'aime | 16 Tweet | 3 +1

Vous savez à un moment ou à un autre de notre vie, on prend des décisions importantes, surtout quand on est conscient des conséquences de nos actes.

Vous vous demandez certainement où je veux en venir. Alors, je vais vous dire, j'ai pris une décision importante. J'ai décidé de me soigner après une overdose d'internet. Étonnant n'est-ce pas ? Mais vrai ! J'étais devenue aussi dépendante d'internet que les accros au tabac et heureusement... J'en étais consciente ! Car le coté pervers de cette addiction c'est que pour exister sur la Toile, vous devrez être connecté en permanence. Internet vous dicte sa loi et vous intoxique à petit coup !

Aujourd'hui,
la Family Box (l'urne ADSL)?

Société

Privée d'accès Internet, elle tue et découpe son fils

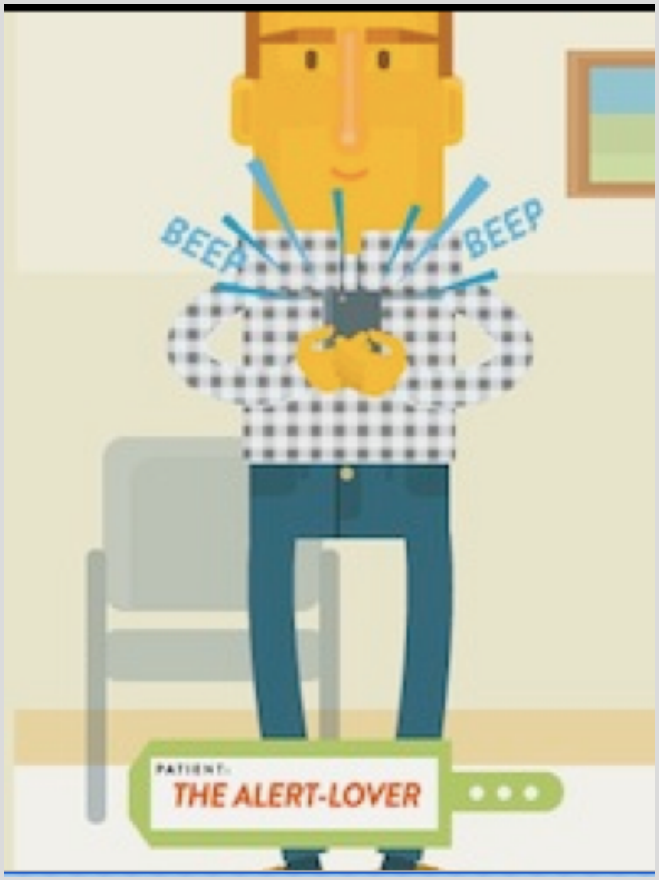
par Sandra Bontemps-Segura le March 29, 2013

A la question "*Que faisait-on avant Internet ?*", une maman pourrait bien se voir répondre "*On ne découpait pas ses enfants par frustration*". Une russe de 34 ans s'est présentée hier à la police pour avouer un acte pour le moins déroutant. Elle aurait tué son jeune fils de 11 ans pour le punir d'avoir modifié les paramètres de l'ordinateur familial, l'empêchant d'accéder à internet.

Aujourd'hui

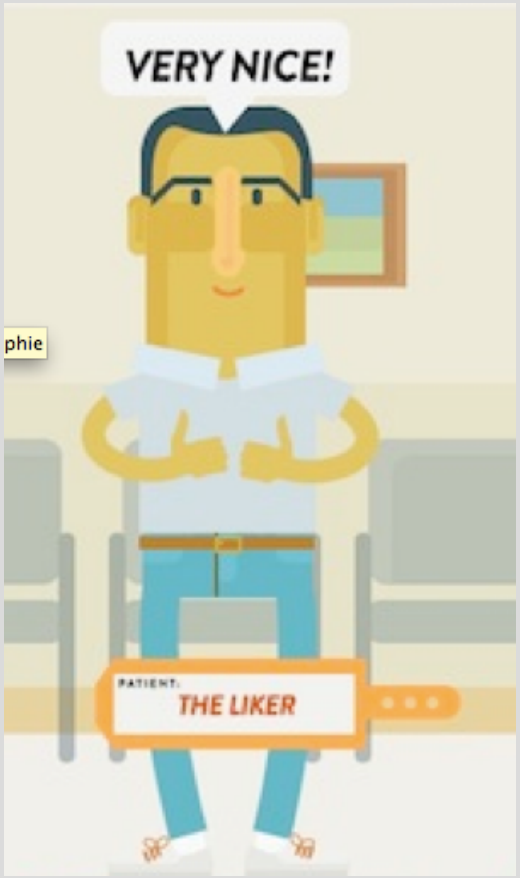
THE SOCIAL SICKNESS
DO YOU HAVE AN UNHEALTHY RELATIONSHIP WITH SOCIAL MEDIA?

Aujourd'hui



Il configure son téléphone pour recevoir des alertes sonores à chaque fois que quelque chose se passe sur les réseaux sociaux

Aujourd'hui



Qui « aime » instantanément les statuts de ses contacts au lieu de poster un commentaire

Aujourd'hui

Qui ne peut passer plus de 2 minutes sans regarder ses mentions Twitter ou sa page Facebook

Aujourd'hui

Qui devient complètement fou lorsqu'un de ses réseaux tombe en panne

Aujourd'hui

Le zombie obsédé par son bébé

Il ou elle ne fait que poster des photos de son bébé, se nourrissant de l'âme de ses amis célibataires et sans enfant

Le zombie du check-in

Fondu de géolocalisation, il ne peut s'empêcher de dire où il est, même si cet endroit se trouve.. juste derrière vous

Aujourd'hui

Le zombie hashtag

Il ne parle qu'en #hashtag et ces #hashtagtellementlongquildevienttresdifficiledeleslire

Le zombie auto-centré

Il ne parle que de lui et laisse s'exprimer sa conscience avec des tweets aussi utiles que « J'ai faim »

HUG
Hôpitaux Universitaires de Genève

Aujourd'hui

PATHO/PHYSIO?

Ludo Deferm, vice-président business development: "Tous les ans, chaque division au sein d'Imec convoque une assemblée stratégique au cours de laquelle les participants exposent leurs idées. L'on tente ensuite de dégager un consensus susceptible de déboucher sur un projet de programme."

Aujourd'hui

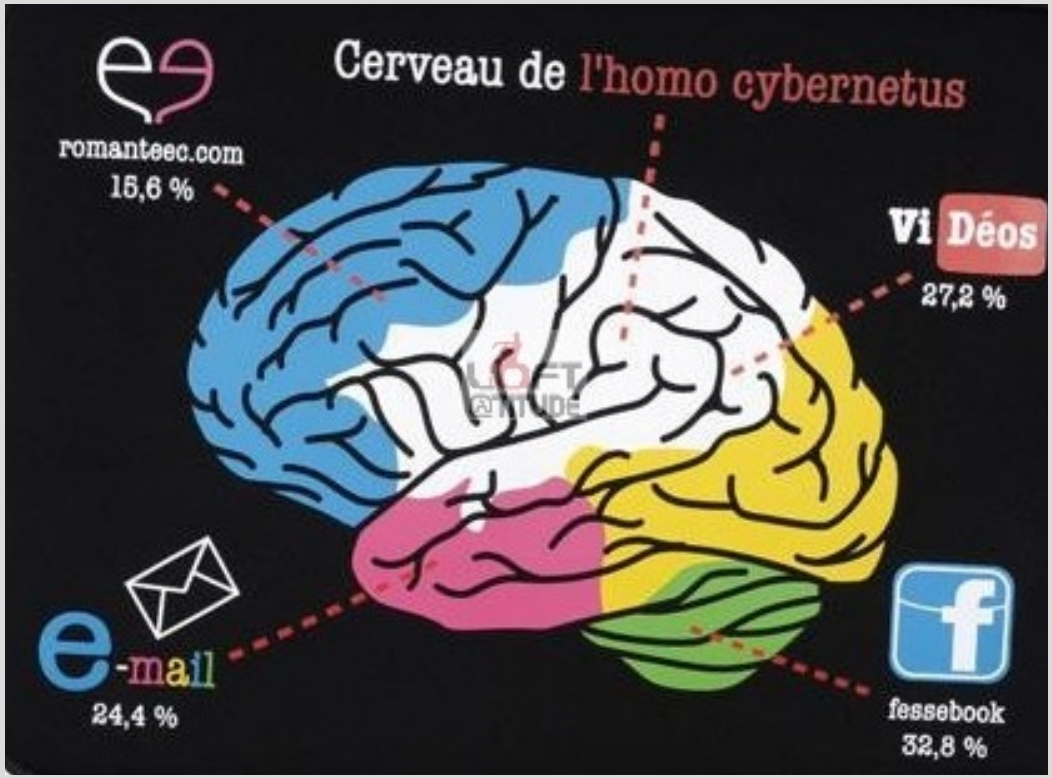
L'addiction à internet bientôt reconnue comme maladie mentale ?

Les troubles liés à l'utilisation d'internet doivent faire l'objet d'études plus approfondies.

Un manuel publié par l'Association américaine de psychiatrie estime que les troubles liés à l'utilisation d'internet doivent faire l'objet d'études plus approfondies. (CHEN LIANG WH / IMAGINECHINA / AFP)

HUG
Hôpitaux Universitaires de Genève

Aujourd'hui, drogue cyberlicite?



Aujourd'hui

- 2,1% de jeunes sud-coréens de 6 à 19 ans et environ 10 millions d'adolescents chinois nécessiteraient un traitement pour une addiction à Internet
- Les freins à une estimation juste de l'ampleur du trouble sont multiples:

✓ l'absence d'outils de screening standardisés,

✓ le peu d'études en population adulte,

✓ les différences culturelles,

✓ l'absence d'études épidémiologiques dans nombre de pays

➔marges de prévalence très larges .

Aujourd'hui

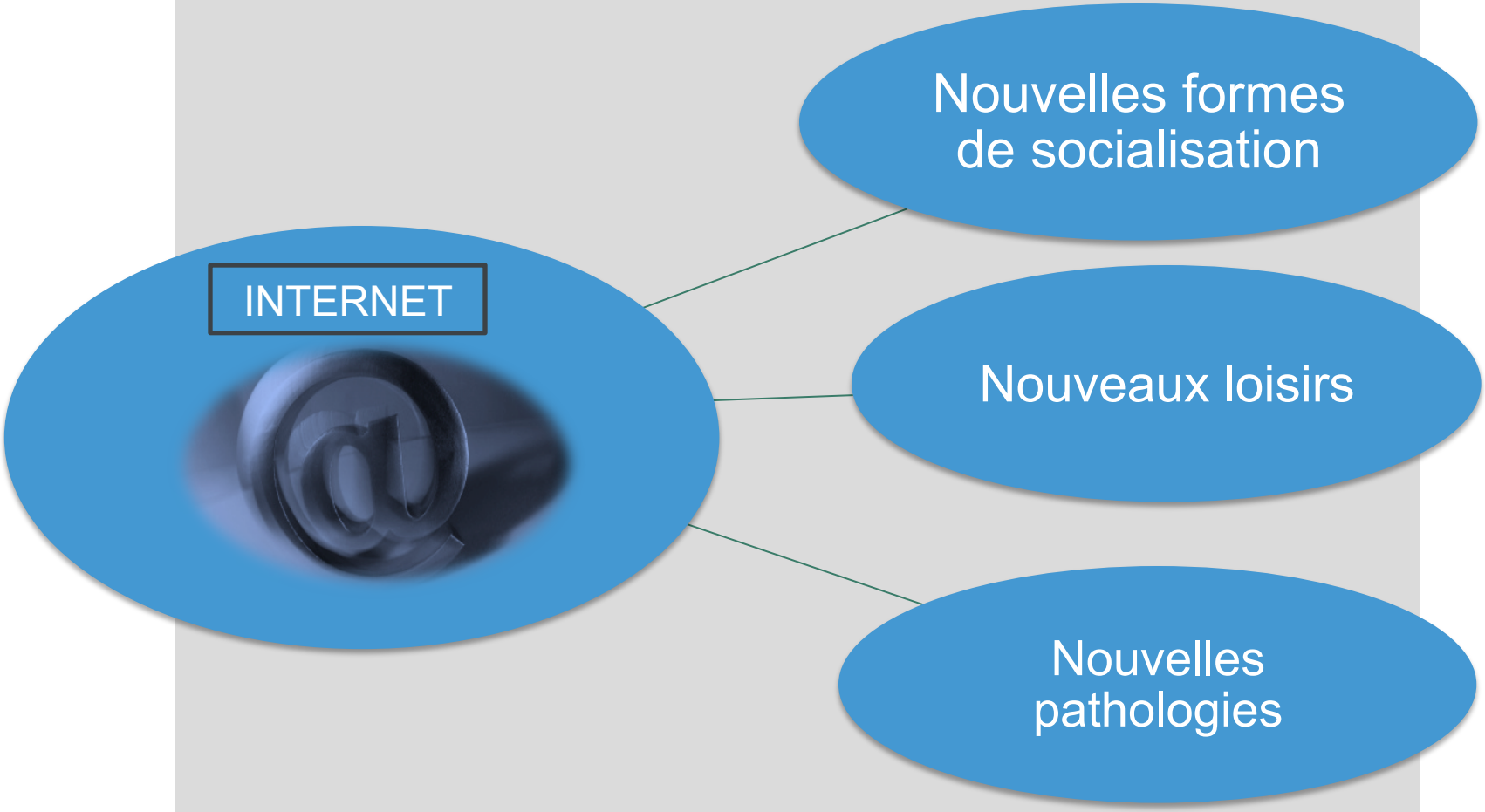
- En Suisse la prévalence de l'UPI n'est pas connue mais le rapport de l'OFSP fait état de
- **2,3 %** d'Internautes interrogés « **dépendants** » (**35 h/sem** sur Internet)
- Et **3,7 %** autres « **à risque de dépendance** » (**20 h/sem** sur Internet)

Aujourd'hui, cybercraving

Demain, HomoHybridusCybernatus?

Demain, HomoHybridusCybernatus?

Hôpitaux Universitaires de Genève

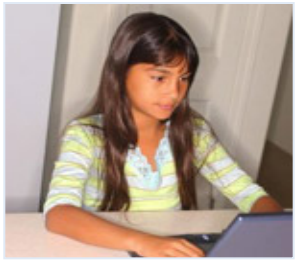

INTERNET
Nouvelles formes de socialisation
Nouveaux loisirs
Nouvelles pathologies

A.A.

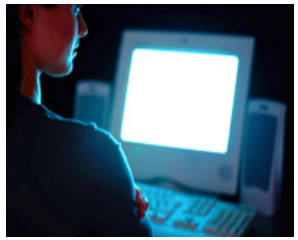
Accessibilité

Anonymat

Usage



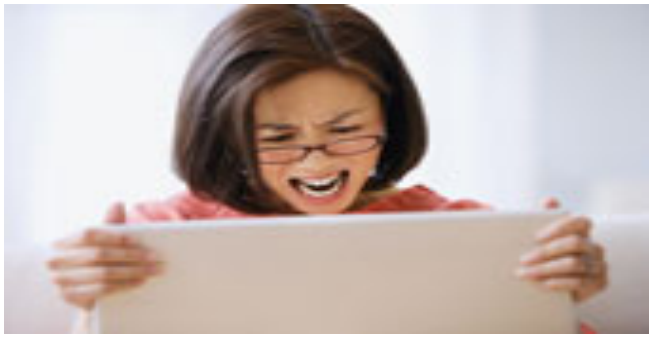
Abus



Addiction

Impossibilité de résister

Augmentation de la tension avant le comportement



Soulagement durant le comportement

Perte de contrôle

Préoccupation fréquente

Intensité et durée des épisodes plus importantes que souhaitées à l'origine

Tentatives répétées pour réduire, contrôler ou abandonner le comportement

Temps important consacré à préparer
les épisodes, à les entreprendre, ou à s'en remettre.

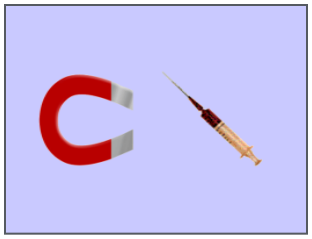
Survenue fréquente des épisodes lorsque le sujet doit faire face aux engagements

Négligence d’autres activités au dépend du comportement

Répétition du comportement malgré des conséquences négatives (automatismes)

Symptômes de manque

Irritabilité en cas de non-accès



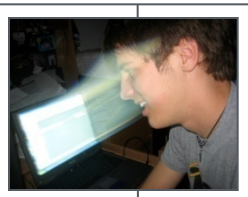
Craving

Poursuite malgré les séquelles

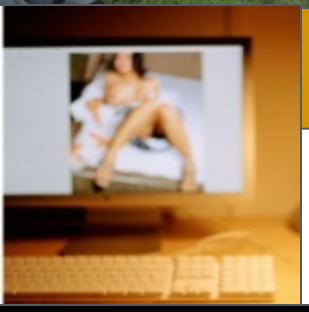
Renforcement comportemental

Modalités sensorielles

Focalisation



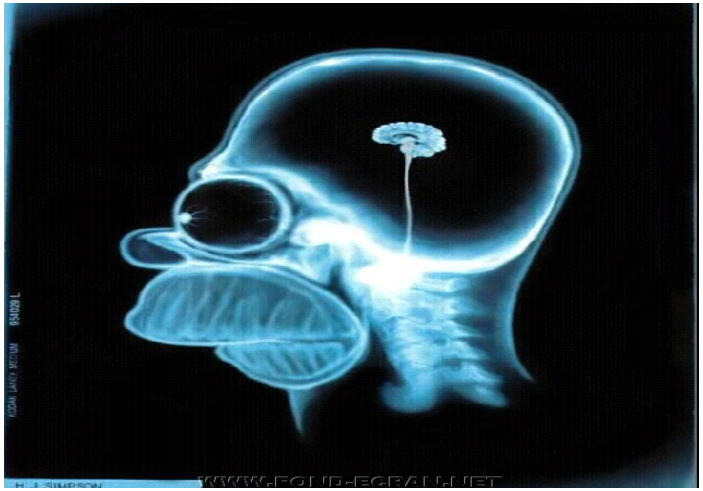
Feedback

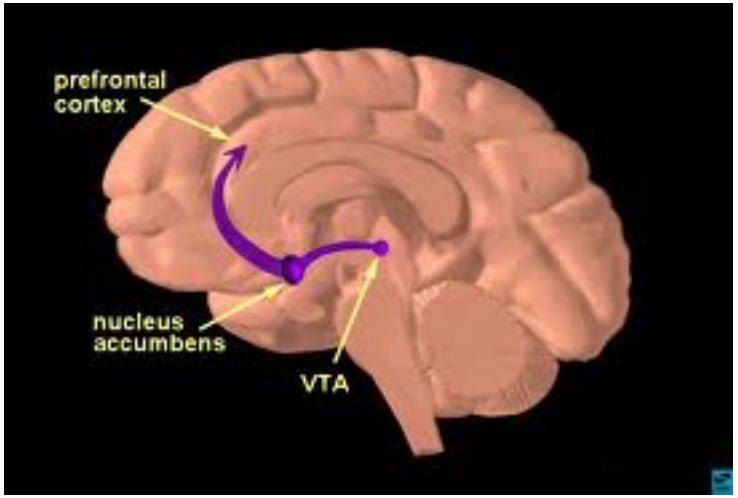


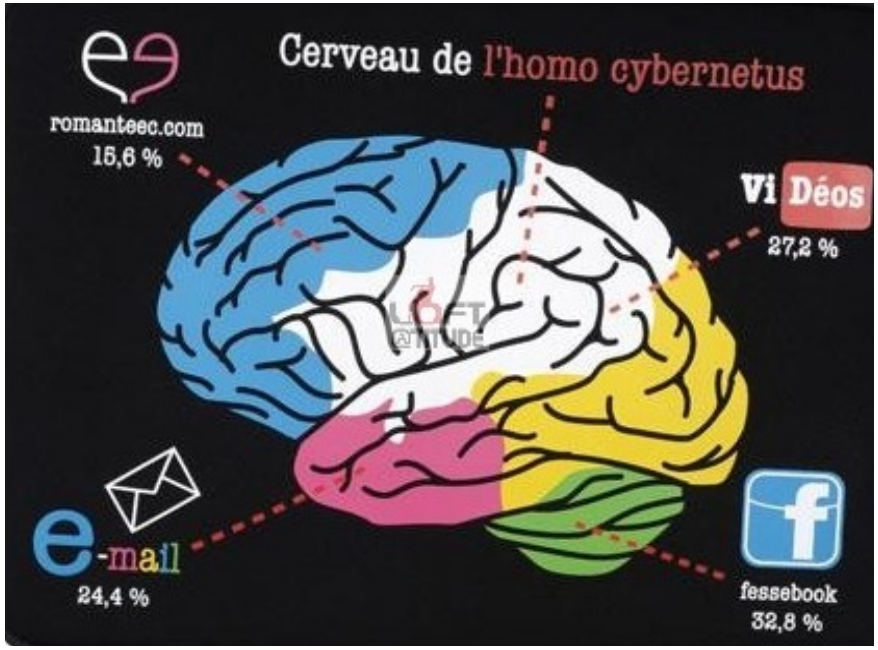
Contenu
(sexualité, danger, etc)

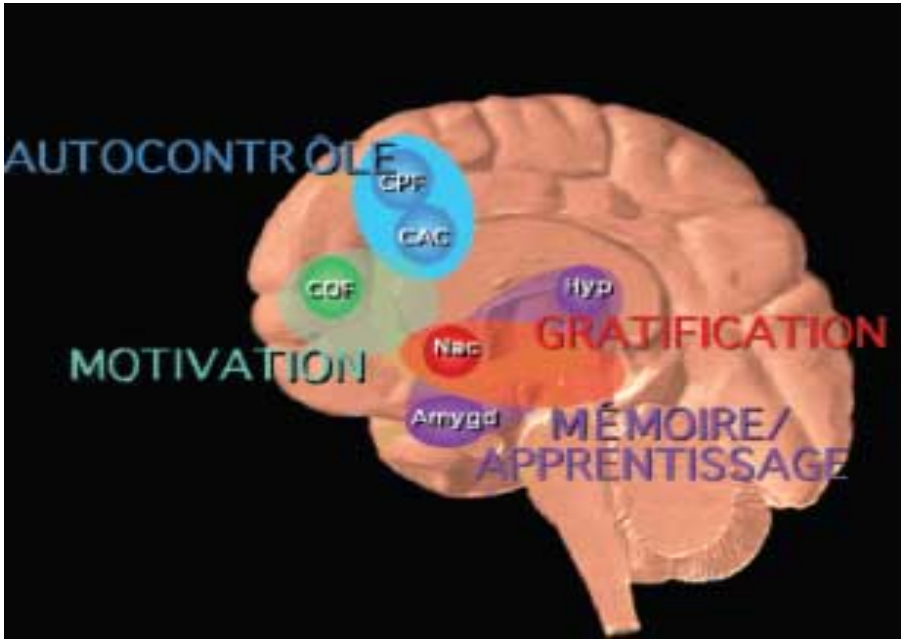
Temporalité
(Connectivité)

Fréquence





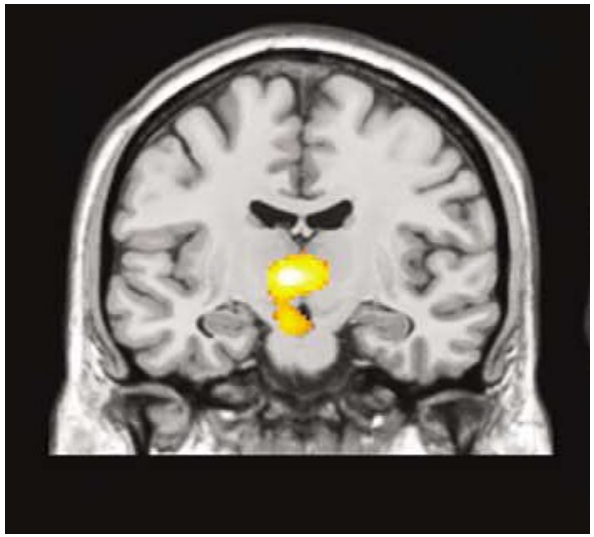




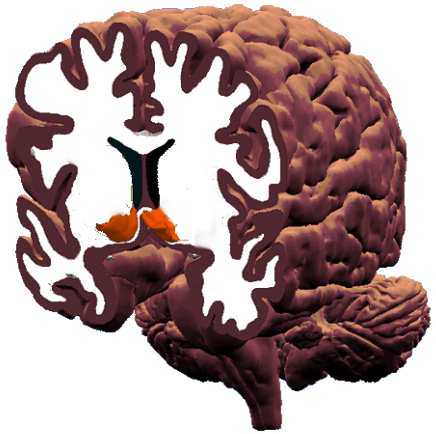
Service d'addictologie
Département de santé mentale et de psychiatrie

Activation noyau accumbens

Killgore et al., 2003

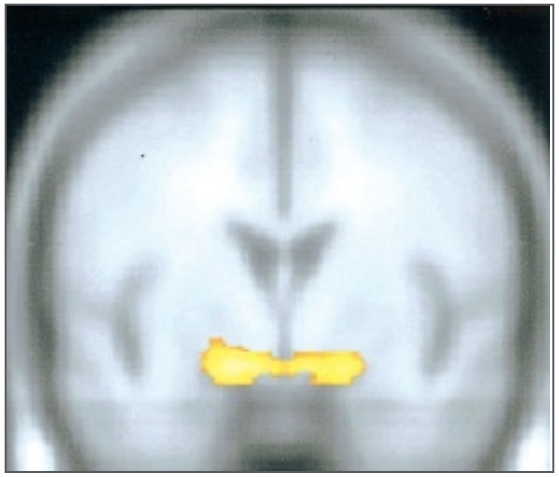


Aliments hypercaloriques

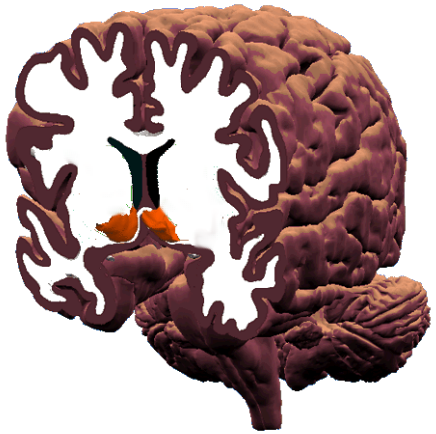


Activation noyau accumbens

Karama et al., 2002

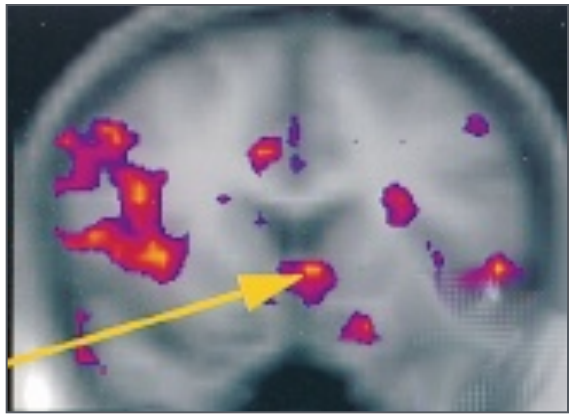


Film érotique

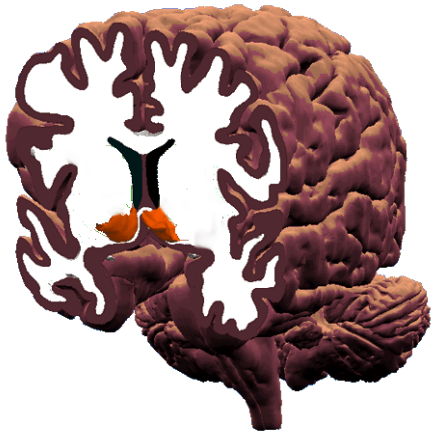


Activation noyau accumbens

Breiter et al., 1997

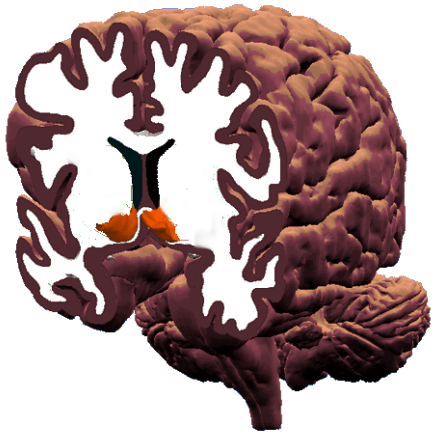


Cocaïne



Activation noyau accumbens

Koepp et al., 1998



Jeu vidéo

A Genève qui consulte?

- 100% sexe masculin (n=57), âge médian 24 ans
- 25% critères de Young d'une addiction à internet
- 83% de comorbidités:

-30% troubles de personnalité

-20% phobies sociales

-20% troubles anxieux autres

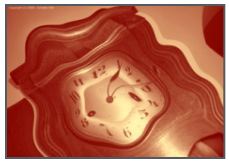
-20% addictions (alcool, cannabis)

-10% ADHD

Thorens ; Achab et al.2014

SIGNES D'ALERTE

Chaque jour
(sans jour d'intervalle)



Perte notion du temps en ligne

Sacrifice heures sommeil

Irritable si accès impossible

Déni

Problèmes professionnels/ scolaires

Retrait social

Sédentarité

L’ADDICTION AUX JEUX VIDEO

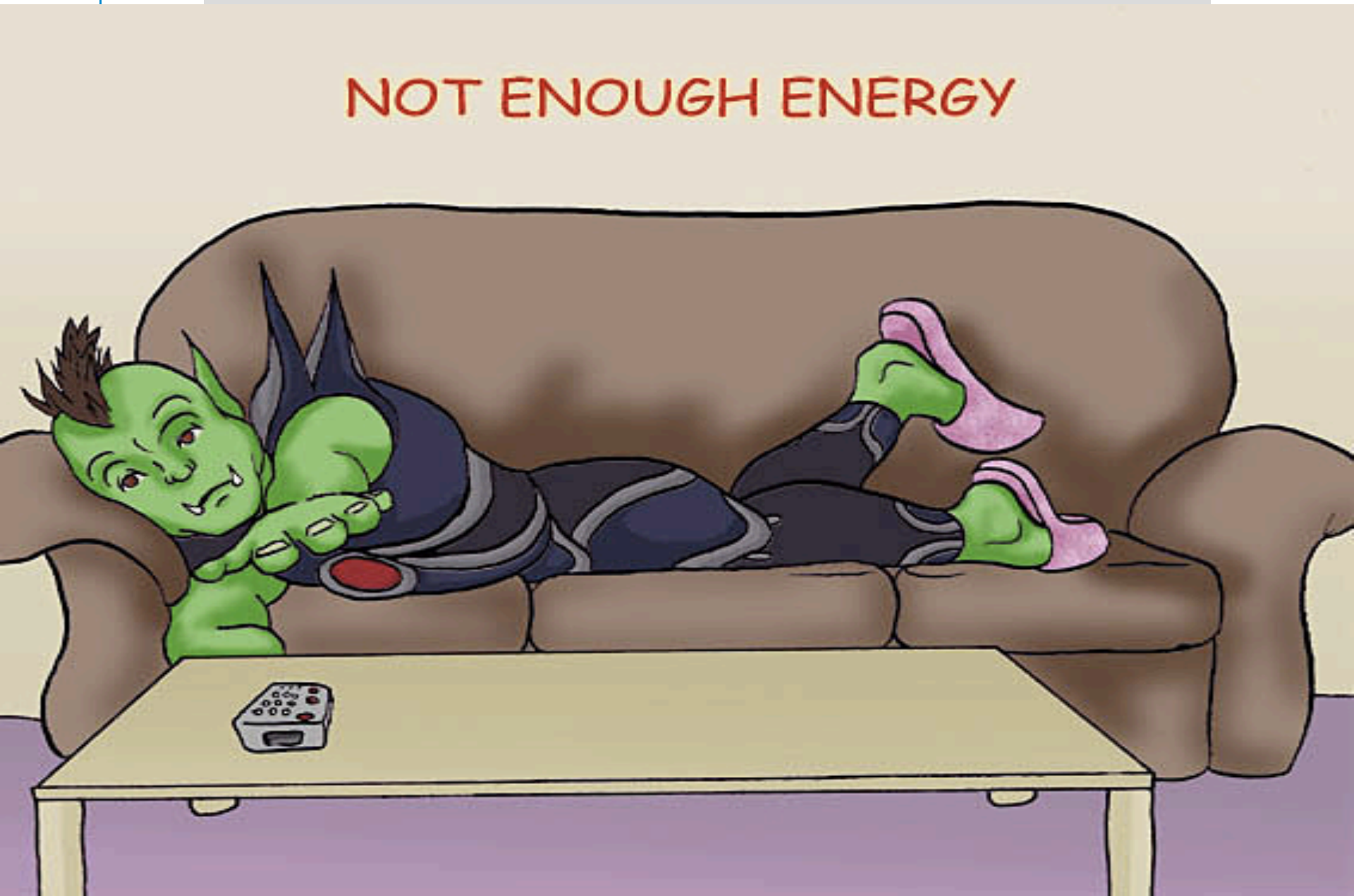
HISTORIQUE DES JEUX VIDEO

- BORNES D'ARCADE
- CONSOLES DE SALON
- PERSONAL COMPUTER
- CONNEXION EN RESEAU (MMOG)

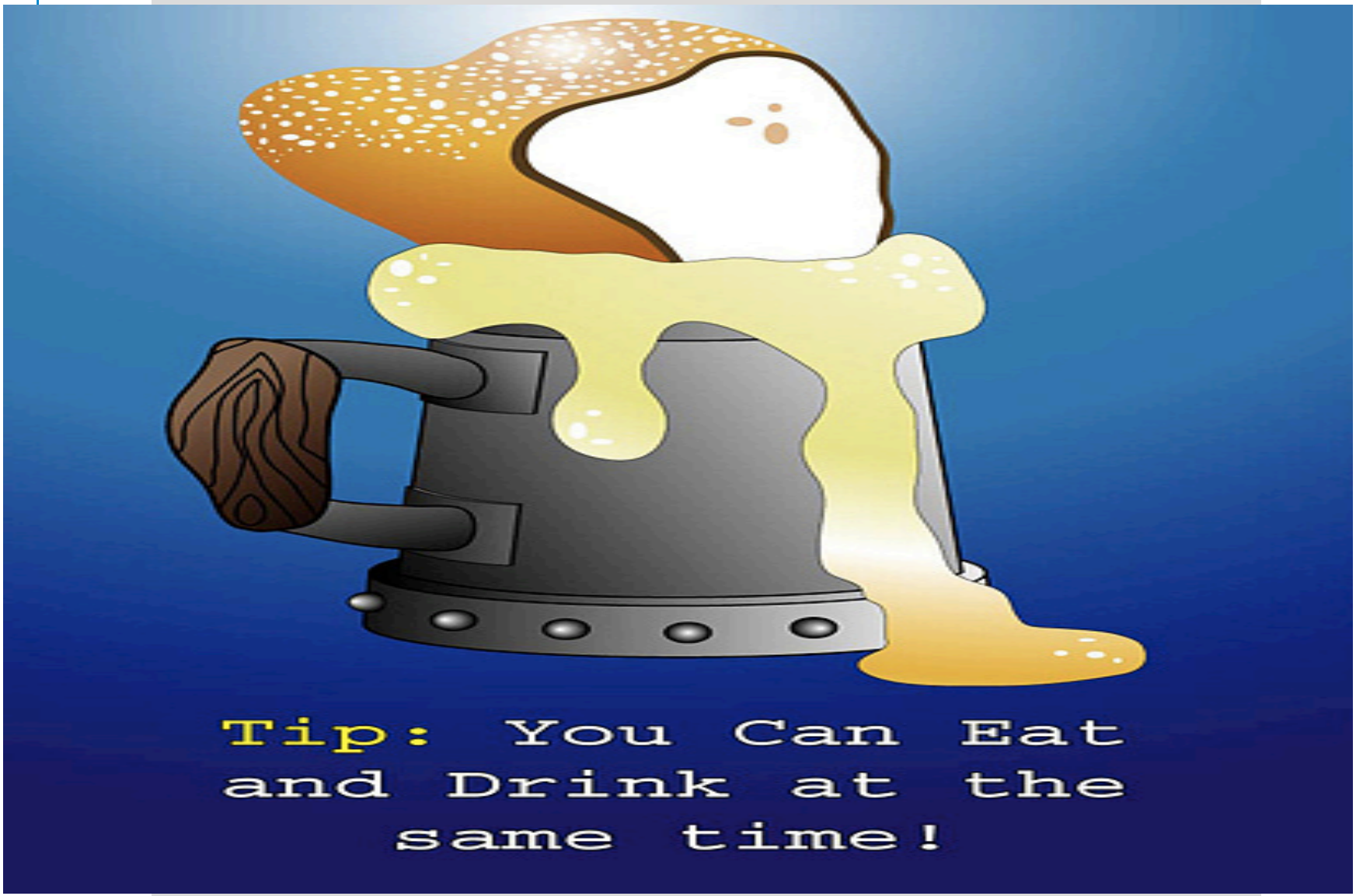
LES RISQUES

Sommeil, asthénie, irritabilité, dysthymie?

Achab et al.; 2011



Alimentation?


Tip: You Can Eat
and Drink at the
same time!

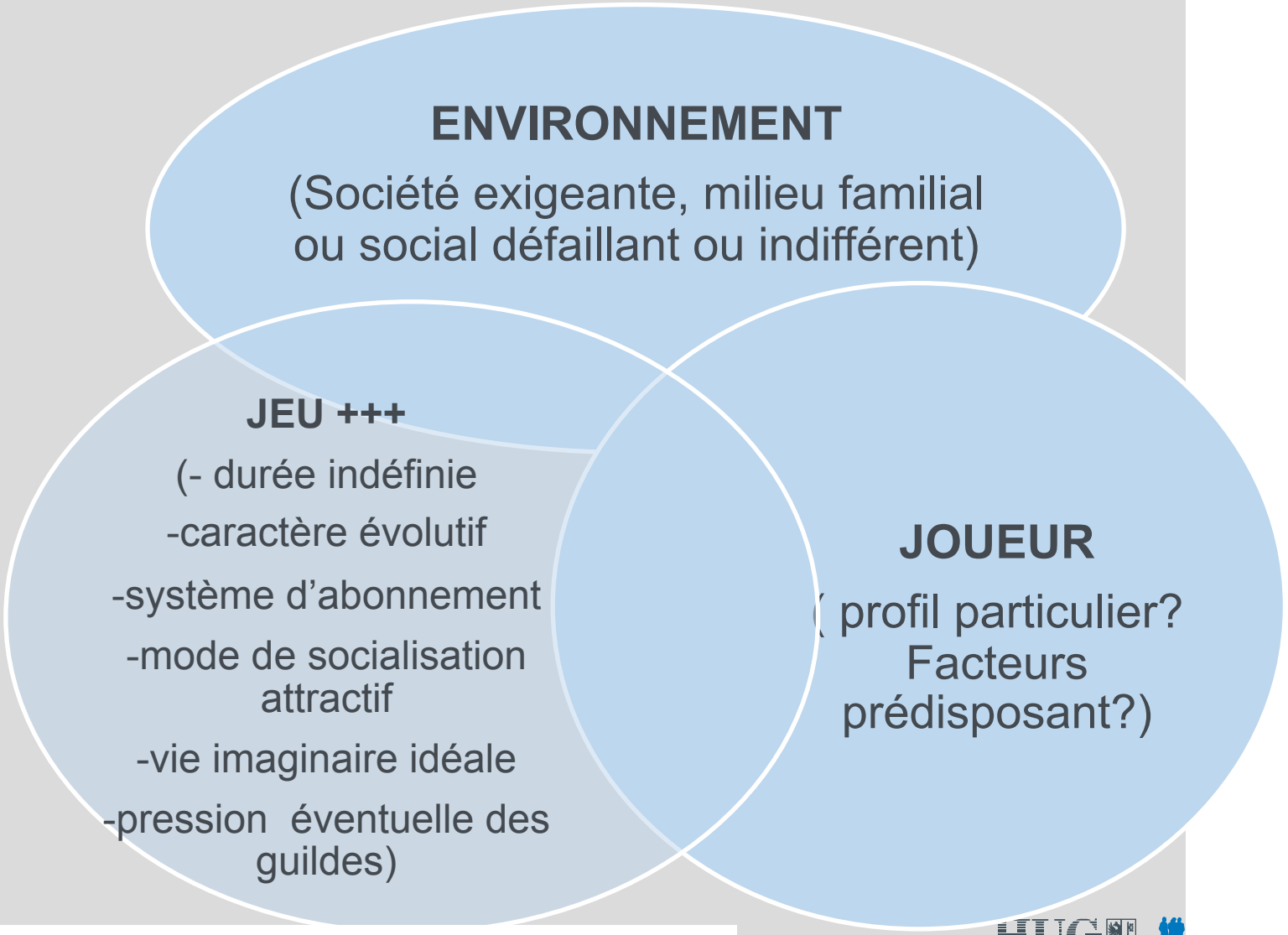
Vie familiale et sociale?

"Yeah, the little lady said
I wasn't spendin' enough
time with the calf..."

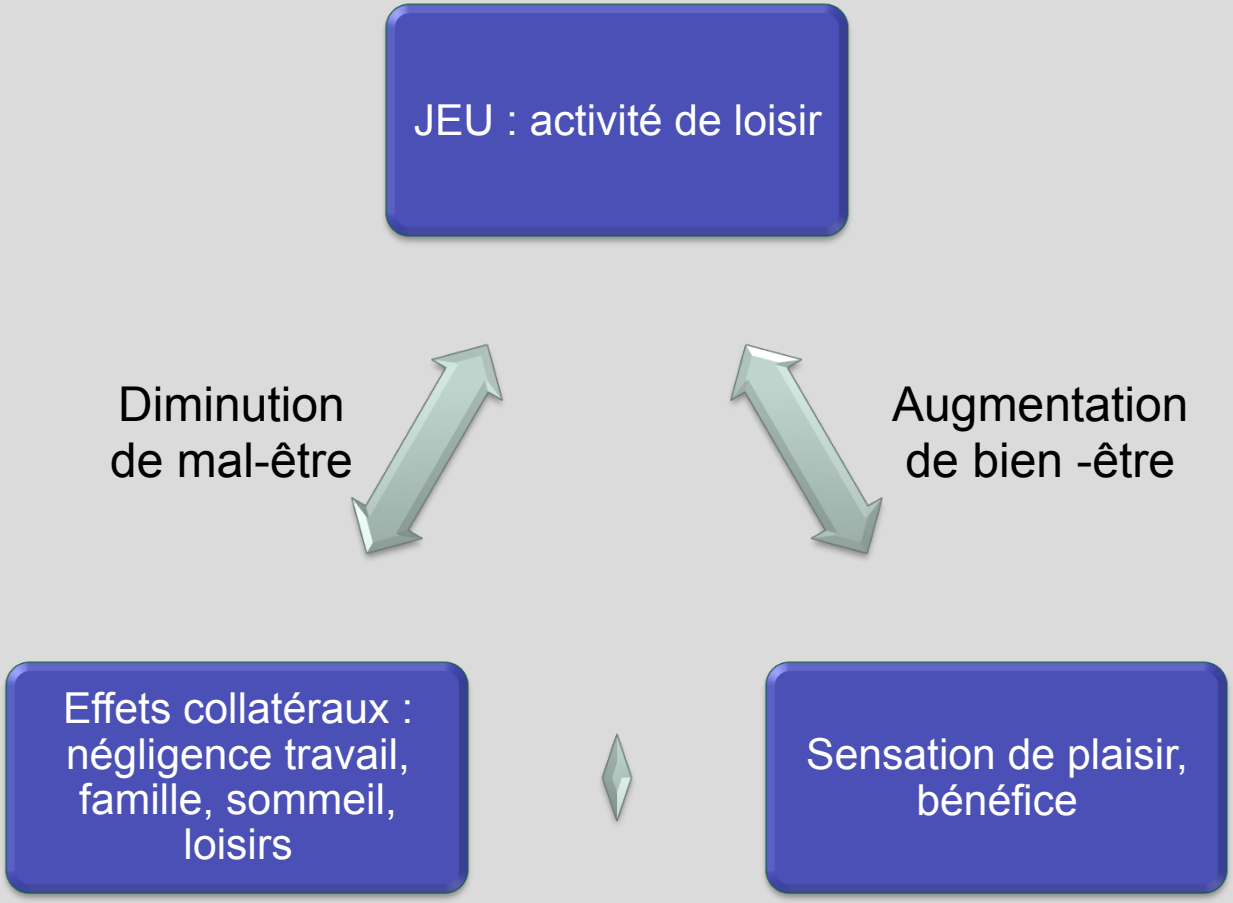
Violence?

Addiction?

LE RISQUE DE DEPENDANCE



LE RISQUE DE DEPENDANCE



- Jeux d'argent
- Jeux vidéo et Internet
- Adresses, téléphones et liens
- Testez-vous
- Le Forum
- Le Blog
- Livre d'Or / vos commentaires
- Témoignages
- Revue de presse

Sur nous | Brochures | Livre d'or | Témoignages

recherche...

Stop-jeu.ch

Aide et conseils pour joueurs et leur entourage

Forum | Testez-vous | Coach

Internet Addiction Test

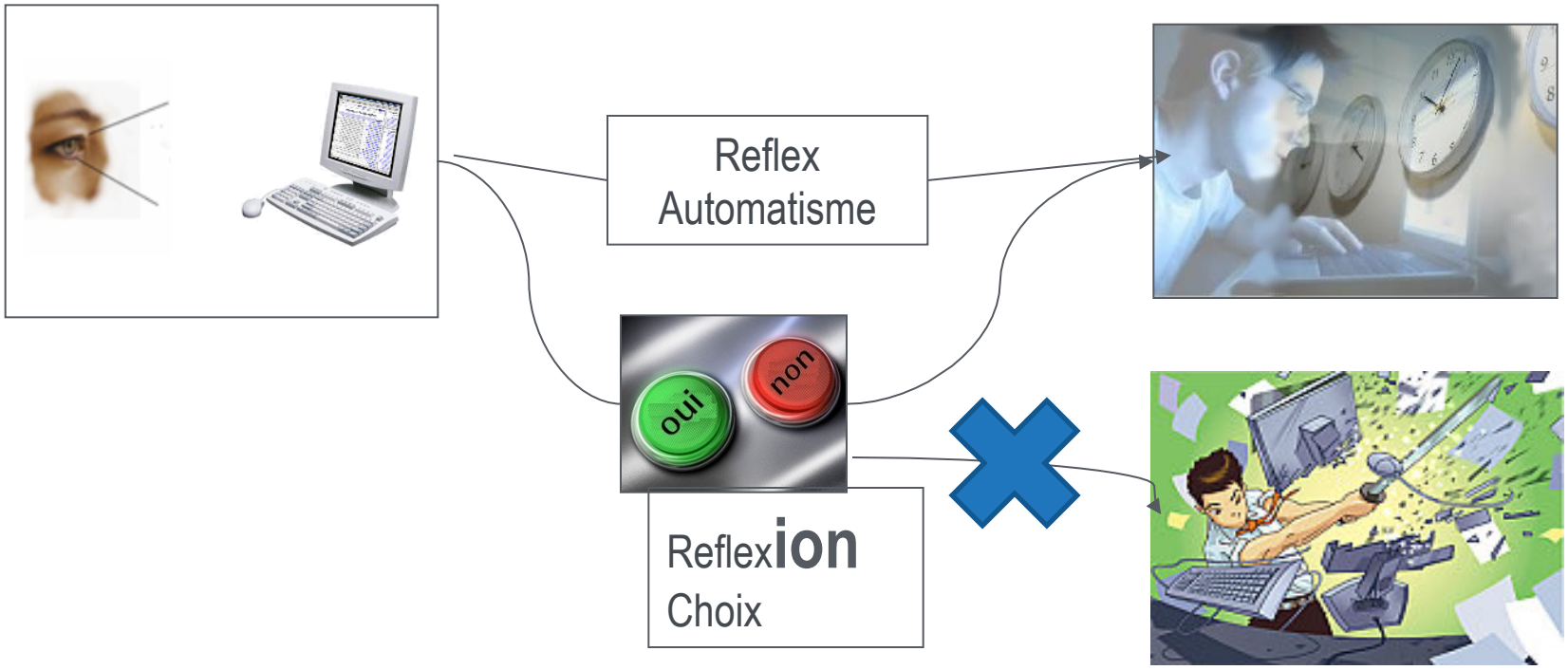
http://www.stop-jeu.ch/fr_hon/test_addict.html

HUG
Hôpitaux Universitaires de Genève

TRAITEMENT

-Absence de pratiques harmonisées
-Travail sur la motivation
-Psychoéducation
-↓durée et apprentissage d'un usage contrôlé
-Contrôle parental possible
-Activités socio familiales et loisirs
-Réguler l'utilisation (pas dans la chambre)
-Traitement des facteurs de risque et des comorbidités
-Travail sur la fonction d'Internet et développement de comportements alternatifs

La thérapie ionique



PREVENTION

-Communication, lien, apprentissage d'un usage contrôlé
-Règles et limites pour ado
-Renforcement des facteurs protecteurs : estime de soi, compétences sociales …
-Dépistage et prise en charge des FR : dépression, anxiété sociale, stratégies inadaptées de gestion du stress.

Les cyberaddictions (chats, jeux vidéo, sexe) ont*:*

Tous les critères d'une addiction

- Mêmes structures neurobiologiques
- Approches thérapeutiques similaires
  - motivation au changement comportemental
  - traitement intégré

Quelques lectures

Achab S. **Addictions comportementales, un nouveau défi**. Première ligne 2014; 23:2

M'Hiri C, Costanza A, Zullino DF, Achab S.
Séniors « Cyberaddicts » – un trouble méconnu La gazette médicale 2014 ; 1 : 14-1

Achab S. Zullino DF, Thorens G.
Usage problématique d'Internet, la « Cyberaddiction » nous entoure.
Neurologie & Psychiatrie 2013; 11(5): 23-27

Le défi des addictions comportementales, Magazine Pulsation. Janvier 2015 : **http://www.hug-ge.ch/sites/interhug/files/puls_janv-fev_2015.pdf**

Achab S., Simon O., Muller S., Thorens G., Martinotti G., Zullino D., Khazaal Y. **Internet addiction** In el Guebaly N, Carrà G, Galanter M (Eds), 2015, Textbook of Addiction Treatment: International Perspectives, Vol x, Chapter 128 pp 2700.

Thorens G., Achab S., Billieux J., Khazaal Y., Khan R., Pivin E., Gupta V., Zullino D. **Characteristics and treatment response of self identified problematic Internet users in a behavioral addiction outpatient clinic**, 2014, J Behav Addict, 3:78-81

Lieux et plateformes d'aide à Genève

www.sos-jeu.ch

Traitement des addictions sans substances
Programme Nant HUG
Fondation Phénix Centre L'Envol
MD Consultation, 1, Avenue du Mail

Association Rien ne va plus pour la prévention et l'orientation sur le jeu excessif (argent et jeux vidéo). Carrefour addiction

CINÉ
PSY
Hum... Je vois ce que c'est... Vous prendrez un carnet d'abonnement à Utopia, et un tube d'aspirine pour les effets indésirables.