

## VERRE STANDARD (=UNITÉ D'ALCOOL) 10g/VERRE



### PRÉCONISATIONS SUR LES SEUILS OMS :

- jamais plus de 4 verres par occasion pour l'usage ponctuel,
- pas plus de 21 verres par semaine pour l'usage régulier chez l'homme (3 verres/jour),
- pas plus de 14 verres par semaine pour l'usage régulier chez la femme (2 verres/jour),
- s'abstenir au moins 1 jour/ semaine de toute consommation d'alcool.

## L'APPORT DU TRAVAIL EN RÉSEAU

### LES MEMBRES DU RÉSEAU PEUVENT BÉNÉFICIER :

- **Des guides de bonne pratique :**
  - « L'alcool en dehors de la dépendance » et « La dépendance à l'alcool »
  - ...
- **De rencontres pluridisciplinaires :**
  - sur le Repérage Précoce et Intervention Brève en alcoologie
  - sur l'entretien motivationnel
  - ...
- **De dispositifs d'accès au soin pour leur patient :**
  - sur le tabac, le diabète
  - ...
- **D'un accompagnement personnalisé** sur poste de travail pour l'utilisation de la plateforme Ornicare

CONTACTEZ-NOUS

03 26 82 88 84



Document réalisé avec le soutien financier de l'ARS de Champagne Ardenne



Réseaux de Santé  
ADDICA & CARÉDIAB

3 rue de l'Université  
51100 Reims  
03 26 82 88 84



ALCOOL

## REPÉRAGE ET INTERVENTION BRÈVE EN ALCOOLOGIE

à destination des médecins généralistes

quelques minutes de ⊕  
quelques verres de ⊖

Environ 18% des patients adultes d'un cabinet de généraliste français (Métropole) présentent un problème avec l'alcool.

50% des morts prématurées liées à l'alcool concernent des personnes qui ne sont pas dépendantes



1

### ÉVALUATION DE LA CONSOMMATION D'ALCOOL

#### Recherche de la consommation déclarée d'alcool par :

- la méthode du verre standard,
- ou le test AUDIT
- ou le test DAME (cf dernière page) : il permet « d'ouvrir le dialogue »

2

### LE VERRE STANDARD

- Le verre standard («unité d'alcool») est un concept simple, qui permet une meilleure évaluation des consommations
- Le document ci-contre permet de mesurer avec la personne ses consommations domestiques à partir de leur conditionnement

3

### PARLER DU RISQUE ALCOOL

- Un usage régulier supérieur aux normes de l'OMS est un facteur de risque pour la santé au même titre que le surpoids, la sédentarité, l'hypertension, le cholestérol et diminue l'espérance de vie
- Boire plus a un impact sur l'équilibre social de l'individu
- Les alcoolisations accentuent les mécanismes de précarisation des personnes socialement fragilisées
- Insister sur la banalisation de la consommation à risque, elle concerne 15% de la population française
- Les repères de consommation (3 verres pour les hommes et 2 verres pour les femmes par jour) sont la base du message

6

### PROPOSER DES OBJECTIFS, LAISSER LE CHOIX

- Prendre en compte la motivation de l'usager et ne pas hésiter à utiliser les techniques de l'entretien motivationnel dans la démarche d'accompagnement
- L'objectif doit être énoncé : revenir à une consommation non dangereuse
- Obtenir les bénéfices évoqués ensemble
- Orientation si besoin vers des structures spécialisées (cf site addica.org)
- Une intervention brève peut se dérouler en un seul entretien, mais il est utile de se donner la possibilité d'une réévaluation lors d'un rendez-vous ultérieur

4

### L'INTÉRÊT DE LA RÉDUCTION

- L'intérêt est cette fois justifié sur le plan individuel et non par des données statistiques
- À rapprocher des éventuels dommages ressentis
- Suggérer une liste de bénéfices, et demander l'avis de l'usager

5

### MÉTHODES UTILISABLES POUR RÉDUIRE SA CONSOMMATION

- Repérer les circonstances de consommation à risque
- Changer les habitudes de la personne
- Réduire la fréquence et / ou l'intensité
- Donner des points de repères pour limiter la consommation d'alcool

## TEST DAME DÉPISTAGE AU MOYEN D'UN ENTRETIEN

### À quelle fréquence vous arrive-t-il de consommer des boissons contenant de l'alcool ?

- 0 = « jamais »,
- 1 = « une fois par mois ou moins »,
- 2 = « 2 à 4 fois par mois »,
- 3 = « 2 à 3 fois par semaine »,
- 4 = « 4 fois ou plus par semaine ».

### Combien de verres standards buvez-vous au cours d'une journée ordinaire où vous buvez de l'alcool ?

- 0 = « un ou deux »,
- 1 = « trois ou quatre »,
- 2 = « cinq ou six »,
- 3 = « sept à neuf »,
- 4 = « dix ou plus »

### Votre entourage vous a-t-il fait des remarques au sujet de votre consommation d'alcool ?

### Avez-vous déjà eu besoin d'alcool le matin pour vous sentir en forme ?

### Vous arrive-t-il de boire et de ne plus vous souvenir ensuite de ce que vous avez pu dire ou faire ?

- Pour ces trois dernières questions : non = 0, ou oui = 4

## Interprétation

Chaque question est notée de 0 à 4. On effectue le total des réponses (0-20).

### HOMMES

- Score inférieur à 5 : **risque faible ou nul.**
- Score 5 à 8 : **consommation excessive.**
- Score supérieur à 8 : **dépendance.**

### FEMMES

- Score inférieur à 4 : **risque faible ou nul.**
- Score 4 à 8 : **consommation excessive.**
- Score supérieur à 8 : **dépendance.**