

12 MOIS 12 ACTIONS POUR PLUS D'ÉQUITÉ DANS LES SOINS DE SANTÉ

04 DÉSTIGMATISER L'USAGE DE SUBSTANCES PSYCHOACTIVES

En Suisse, 24 % de la population déclare avoir consommé du tabac, 83 % de l'alcool, 4 % du cannabis, et 1,9 % d'autres substances (cocaïne, LSD, etc.) au cours du dernier mois,¹ pour le plaisir, la détente, contre un mal-être, une anxiété ou des douleurs. La majorité des personnes consommant des substances ne présente pas un usage problématique. Toutefois 10 à 20 % d'entre elles nécessitent une prise en charge et sont souvent sujettes à la stigmatisation. Celle-ci limite l'accès et la qualité des soins,² ce qui peut mener à des conséquences négatives sur la santé et impacter tous les domaines de la vie.



DÉFINITIONS

Syndrome de dépendance :³

Trouble de la régulation de l'usage d'une substance, caractérisé par la présence d'au moins deux des critères suivants, persistant généralement sur une période de douze mois :

- Un désir fort ou compulsif de consommer et/ou une perte de contrôle de la consommation ;
- Des symptômes de tolérance et/ou de sevrage à l'arrêt ;
- La poursuite de l'usage malgré la survenue de problèmes liés à la substance.

Stigmatisation :⁴

Processus social où des caractéristiques personnelles sont jugées négativement, entraînant une perte de respect, de statut et/ou de droits.

QUELQUES CHIFFRES

50 %

des personnes souffrant de troubles liés à l'usage de substances ont caché leur consommation à des professionnel-le-x-s de santé par peur d'être jugées ou mal traitées.⁶

36 %

des décès liés à l'alcool – soit la majorité – sont dus à un cancer⁵.

14 %

des décès évitables sont liés au tabac.⁵



Propos vécus négativement :

« Vous êtes alcoolique (ou tabagique), vous devez montrer plus de volonté et arrêter. »

Propos vécus positivement :

« Vous présentez une dépendance vis-à-vis de l'alcool, c'est une maladie chronique. Nous pouvons vous proposer des soins et vous aider à retrouver votre liberté. »



MOTS À ÉVITER



MOTS À UTILISER

Alcoolique

Personne souffrant d'une dépendance à l'alcool

Toxicomane

Personne présentant une dépendance aux opioïdes (ou autres substances psychoactives)

Drogues

Substances (psychoactives)

Le patient **avoue** une consommation

Le patient **indique** une consommation

RECOMMANDATIONS

- * **Demander l'autorisation** avant d'aborder la consommation de substances.
- * Évaluer systématiquement la consommation de tabac, d'alcool et d'autres substances avec **une approche bienveillante et motivationnelle**.
- * **Utiliser un langage respectueux** et centré sur la personne.
- * **Soutenir les proches** des patient-e-x-s et les intégrer comme ressources dans les soins (si accord).
- * Connaître les consultations spécialisées en médecine des addictions de sa région et **travailler en réseau** avec une approche bio-psycho-sociale.
- * Proposer des **mesures de réduction des risques** peut être une alternative à l'abstinence.



1. Observatoire suisse de la santé, système de monitoring suisse des addictions et des maladies non transmissibles (MNT), 2026

2. United Nations Office on Drugs and Crime, World Drug Report 2023

3. Classification internationale des maladies CIM-11

4. Link, B. G., & Phelan, J. C. (2001). Conceptualizing stigma. Annual Review of Sociology, 27, 363–385

5. Addiction Suisse, faits et chiffres, 2024

6. Luderer, M., et al., Stigma from healthcare professionals and care-limiting behaviors in individuals with substance use disorders: a mixed-methods study. Lancet Reg Health Eur. 2026