

**Pour que des prophètes se lèvent et
parlent par rapport à la maladie alcoolique**



Père Bruno Cadart

Docteur en médecine et prêtre à Fianarantsoa

Préfacé par Mgr Fulgence Rabemahafaly,
archevêque de Fianarantsoa

*(Traduction en français de la couverture du
livre qui n'a été édité qu'en malgache)*

Pour que des prophètes se lèvent et parlent par rapport à la maladie alcoolique

Voici le fichier en français qui a servi à l'écriture du livre du Père Bruno Cadart « Mba hisy mpaminany hijoro ka hiteny momba ny aretin'ny alikaola » à paraître en malgache dès qu'un financement sera trouvé.

En lisant la première partie et l'appel final, on percevra vite quel est le projet poursuivi.

Une édition en livre accessible à un prix dérisoire permettrait une sensibilisation d'une société malgache et de l'Eglise catholique très marquées par ce fléau qui touche le monde entier.

Père Bruno Cadart

Docteur en médecine et prêtre à Fianarantsoa

Préfacé par Mgr Fulgence Rabemahafaly,
archevêque de Fianarantsoa

Edité et imprimé sur les presses de l'Imprimerie St Paul...

Préface de Mgr Fulgence Rabemahafaly

« Ayez à cœur de vivre dans le calme, de vous occuper de vos propres affaires et de travailler de vos mains... », dit Paul dans la première lettre aux Thessaloniens (1 Th 4, 11a). Ce savoir vivre et cette capacité à travailler dans le calme se détériorent et se transforment trop facilement en agression et en violence et même en destruction de la famille à cause des boissons alcoolisées.

Le livre que le Père Bruno Cadart nous propose est fascinant pour l'esprit et suscite le goût de lire. Qu'il me soit permis de le remercier et de lui dire toute ma gratitude. Nombreux sont les livres bénéfiques qui continuent à être publiés aujourd'hui sans qu'ils soient noyés par les communications rapides que nous offre la technologie du réseau internet. Assez souvent, les livres écrits sans précipitation font l'objet d'une réflexion profonde. Ils sont fiables et visent les bienfaits et la paix pour nous les humains.

Le livre du Père Bruno éveille notre esprit, invite à la réflexion et nous fait considérer sérieusement les différents aspects de la maladie alcoolique et il va jusqu'à faire des propositions, lancer un appel. On y trouve le reflet de ses expériences sociales et l'engagement de toute sa vie pour tirer du gouffre de la misère ses prochains victimes et terrassés par les boissons alcoolisées. Son identité de médecin et de prêtre s'y manifeste à merveille.

Chers amis lecteurs, je suis heureux de vous présenter ce livre à lire et à « ruminer » : il vous convaincra que la maladie alcoolique se soigne et que la santé s'entretient. Père Bruno,

soyez en remercié ! Ma reconnaissance se dirige aussi aux lecteurs de ce livre qui se feront eux-mêmes apôtres compatissants et saisiront l'occasion de ce livre pour sauver de nombreux amis dépendants de l'alcool ou fortement marqués par cette tendance.

Je vous bénis et vous porte tous dans ma prière !

Votre serviteur : Mgr RABEMAHAFALY Fulgence

*Archevêque de Fianarantsoa et
Président de la Conférence épiscopale de Madagascar.*

<p>Note : on trouvera ci-après le texte en français qui a servi de base à la traduction en malgache.</p>
--

L'auteur

Père Bruno Cadart est prêtre et médecin, ayant suivi en même temps les deux formations au sein des G.F.U. (Groupes de Formation en monde Universitaire) de 1977 à 1990.

Il a été l'un des fondateurs des « Soins Palliatifs » et il a reçu la (médaille d'argent de la faculté de Paris et le Prix National de Gériatrie 1986 pour sa thèse de médecine publiée en livre sous le titre « En fin de vie » (Editions Centurion, Paris, 1988, 248 p.). En 2004, elle a été rééditée actualisée et enrichie de nombreux nouveaux récits (Editions Ressources, Montréal, 2004, Québec, 480 p.).

Sa maîtrise en théologie morale a été publiée sous le titre « Réflexions sur mourir dans la dignité » (Editions Ressources, Montréal, 2004, Québec, 216 p.) [Ces deux documents sont disponibles gratuitement en fichier Word].

Prêtre du diocèse de Créteil (France), il a d'abord été au service des paroisses de Champigny sur Marne (1990/1997), puis de Vitry-sur-Seine (1997/1999) dans les banlieues populaires de Paris.

Il est élu Assistant du Responsable de l'Association des Prêtres du Prado de France (1999/2005). Ensuite, il a été au service de prêtres du Prado du Brésil tout en étant en paroisse rurale (2005/2009). Depuis mars 2010, il est prêtre adjoint du district de Befeta dans le diocèse de Fianarantsoa et responsable de la formation des prêtres du Prado de Madagascar.

1. Touché par la souffrance des malades de l'alcool et celle de leur entourage

Non buveur depuis 30 ans

Etudiant en médecine, j'ai très vite été bouleversé par les souffrances très fortes des malades de l'alcool que je soignais à l'hôpital et de leurs familles.

En 1982, j'ai été sensibilisé par des collègues séminaristes malades de l'alcool et militants dans des Associations de non-buveurs et c'est avec eux que je suis devenu abstinent et membre de l'Association « Vie Libre » fondée par le Père Talvas, (également fondateur du « Nid », association aidant les prostituées). Depuis que je suis à l'étranger, je ne cotise plus mais reste « membre de cœur ».

Cela fait donc 30 ans que je suis non buveur et cheminant avec des personnes malades de l'alcool rencontrées dans mes divers ministères.

Au Brésil, je me suis fortement impliqué dans le développement de « la Pastorale de la Sobriété » fondée par la Conférence Nationale des Evêques du Brésil.

A Madagascar, des rencontres déterminantes

Me voyant abstinent lors des repas à la maison des prêtres du diocèse de Fianarantsoa à Ambozontany, 2 prêtres ont demandé à parler de leur maladie alcoolique et ont fondé « **L'équipe des prêtres de Fianarantsoa zéro alcool** » qui essaye de se réunir chaque mois depuis septembre 2010 et soutient actuellement 4 prêtres.

Dès mon arrivée en brousse, j'ai été impressionné par le nombre de personnes malades de l'alcool, et tous les actes de violence liés à cette situation.

Pour le seul centre d'Isaka dont dépendent 8 fiangonana, il y avait 4 catéchistes au moins malades de l'alcool. Dans l'année de notre arrivée deux avaient dû recevoir le sacrement des malades après avoir été blessés par quelqu'un ivre, eux-mêmes étant ivres. Un autre a dû interrompre provisoirement son service de catéchiste.

Je n'oublierai jamais la messe de Pâques du 24 avril 2011. Juste avant la messe, j'ai été appelé pour donner le sacrement des malades à « **Ry Adeline** », en coma éthylique profond, entourée par ses 7 enfants, l'aîné ayant 17 ans et le dernier quelques mois. Elle est morte 4 jours après.

Il y a eu 7 morts par ivresse aigüe pour la seule commune rurale d'Isaka dans ce même mois d'avril 2011.

A la suite de ces 7 morts en un mois, avec l'encouragement du Père Wilson André Rakotonirina, prêtre directeur du district de Befeta, au cours de la prédication dans toutes les Fiangonana (communautés), j'ai assuré une formation sur la maladie alcoolique reprenant de manière simplifiée le contenu de ce livre, disant l'amour du Christ pour les malades alcooliques et leur famille, et appelant à devenir prophètes, à se réveiller, à aider ceux qui le souhaitaient à se relever. Plusieurs catéchistes ont demandé de l'aide suite à ces homélies.

M'entendant parler de ce sujet, le Père Christophe Razafimahatradraibe, responsable de notre doyenné, m'a dit avoir traversé Ambohimahasoa un jour de marché, et avoir compté une par une 200 personnes en état d'ébriété. Il avait essayé de soutenir la fondation d'une Association de Non

Buveurs, mais cela n'a intéressé personne. Il avait essayé de soutenir une association de non-buveurs mais sans succès.

Le 31 mai 2011, les formateurs du séminaire de Vohitsoa m'ont demandé d'intervenir devant les séminaristes des 9 diocèses du sud de Madagascar. Cela a été le point de départ de la réalisation d'un montage Power Point, retravaillé ensuite et dont ce livre est le fruit.

Il a été relu, corrigé, modifié, vérifié et enrichi par une spécialiste, le **Docteur Béatrice Badin de Montjoye**, Psychiatre, Responsable d'une consultation « d'addictologie » à l'Hôpital Cochin de Paris que vous trouverez ci-après. Qu'elle soit ici remerciée.

On retrouvera les références de ce qui est présenté ici soit sur wikipedia, soit dans les publications de l'O.M.S.

Il s'adressait à des séminaristes mais il a été retravaillé pour servir à d'autres publics, à Madagascar ou ailleurs. À chacun de le lire à partir de sa propre réalité s'il le souhaite, et de le transmettre autour de lui.

En espérant qu'il suscitera des réflexions, prises de conscience, initiatives, partages entre vous ou avec l'auteur de ce montage.

2. La maladie alcoolique

Alcoolisme, définition :

L'alcoolisme est l'addiction à l'alcool (éthanol / CH₃-CH₂OH) contenu dans les boissons alcoolisées, précisément l'absence du sentiment de satiété "j'ai assez bu". La personne a besoin de boire et n'arrive plus à s'arrêter.

Il s'agit de la dépendance à l'alcool contenu dans les boissons alcoolisées quelles qu'elles soient (vin, bière, toaka, etc.). Mais 1 petit verre de toaka gasy, 1 verre de vin ou ¼ de bière donnent la même quantité d'alcool !

Quand on parle d'alcool, on parle aussi bien de bière, de vin, de toaka... Tous représentent les mêmes dangers
--

Forme aiguë et forme chronique de la maladie alcoolique

La forme aiguë de la maladie alcoolique se manifeste par une consommation occasionnelle, plus ou moins intense pouvant aller jusqu'à l'ivresse, voir le coma et la mort.

La forme chronique se manifeste par une consommation répétée (quotidienne, de façon générale) et habituelle, au-delà des seuils de toxicité (deux à trois verres par jour).

Il y a des « malades alcooliques », qui sont dépendants de l'alcool et qui n'ont jamais été ivres et ne se savent pas malades.
--

Comment savoir si l'on est dépendant ?

Pour savoir si l'on est dépendant, un bon moyen est de faire le « **test des 10 jours** », en s'abstenant de tout alcool pendant 10 jours. Si l'envie de boire revient sans cesse et que cela provoque les « symptômes de sevrage » (voir plus loin),

alors on sait qu'on est dépendant, et il est urgent de choisir l'abstinence.

Une société qui est malade

Dès à présent, je voudrais souligner que la « maladie alcoolique » n'est pas seulement la maladie d'un individu mais d'une société inconsciente de ce fléau, une société qui pousse à boire, vante de prétendus effets positifs de l'alcool, et stigmatise ceux qui vont être ivres ou dépendants, sans se rendre compte qu'elle les a poussés à boire et n'a pas alerté à temps celui qui était en danger.

En disant cela, je n'ai rien contre le plaisir de boire 2 ou 3 verres de bon alcool une fois de temps en temps pour ceux qui peuvent maîtriser leur consommation.

Divers degrés d'usage de l'alcool

- **L'usage simple** : également appelé « usage d'alcool à risque faible ». Il peut être occasionnel ou régulier, à condition qu'il soit modéré (inférieur à 2 verres / jour en moyenne pour la femme, 3 pour l'homme; jamais plus de 4 verres en ponctuel)
- **L'usage à risque** : susceptible d'entraîner des dommages à plus long terme dont la dépendance. La personne n'est pas ivre, mais elle boit trop, plus de 2 à 3 verres par jour en moyenne, ou une quantité exagérée de manière occasionnelle.
- **L'usage nocif** : est caractérisé par la consommation répétée d'alcool au-delà de la modération et sans dépendance. Il faut relativiser le mot « répété ». Il suffit d'être ivre une fois pour se tuer ou tuer quelqu'un, et entrer dans cette catégorie de « l'usage nocif ».

- **L'usage avec dépendance :** avec perte de contrôle de sa consommation par le sujet pouvant entraîner une tolérance plus ou moins marquée avec des signes de sevrage plus ou moins importants.

3. Fausses raisons de boire

Angoisse et dépression rendent vulnérables à l'alcool

La dépression et l'angoisse sont des facteurs de risque de maladie alcoolique. Des facteurs psychosociaux peuvent exercer également une influence notable comme l'isolement ou le sentiment de solitude, le chômage, les violences conjugales. De ce point de vue, le fait d'être prêtre, évêque aussi, est un facteur de risque, du fait de la solitude et du caractère en même temps très social du ministère, ou les occasions de boire sont fréquentes.

Fausse représentation qui poussent les gens à boire

Ce qui pousse aussi les gens à boire, ce sont des représentations positives fausses de l'alcool perçu comme facteur d'intégration sociale, de convivialité, de force. On croit aussi qu'il augmente les capacités sexuelles.

D'autres attendent de l'alcool qu'il les réchauffe quand il fait froid. En fait, quand il fait très froid, pour garder à 37° les organes vitaux, les vaisseaux périphériques se ferment, d'où la sensation des doigts gelés. Le fait de boire de l'alcool va provoquer une « vasodilatation » et le sang va de nouveau circuler partout d'où l'impression de réchauffement. Cela va alors accélérer le refroidissement général du corps et provoquer l'hypothermie puis la mort.

Autre exemple de fausse croyance. A l'issue du débat au séminaire de Vohitsoa, un séminariste demande un entretien en particulier. Je m'attends à ce qu'il parle d'alcool, de problèmes pour lui ou pour son entourage, et il demande des conseils sur la

transpiration des mains et des pieds... J'avoue avoir été très perplexe et n'avoir pas vu le lien avec le sujet du soir... Et puis il dit « qu'il a un ami qui souffrait d'hypertranspiration et que cet ami disait que l'alcool arrêta sa transpiration ». En fait, très probablement, cette personne (peut-être celui qui est venu me parler sans pouvoir dire « je ») est déjà dépendante de l'alcool, et, quand elle est en manque, qu'elle n'a pas pu boire depuis plus de 6 à 12h, elle a les symptômes du manque et notamment des sueurs. Alors elle prend de l'alcool qui « résout » apparemment le problème ... En fait, c'est la maladie alcoolique qui est à l'origine de cette transpiration et le traitement consiste en fait à sortir de la dépendance et à arrêter de boire...

Vous pouvez prendre une par une toutes les qualités attribuées à tort à l'alcool et vous verrez qu'elles ne tiennent pas.

On dit de manière totalement erronée que le vin soigne.

St Paul lui-même, recommande à Timothée : « Cesse de ne boire que de l'eau. Prends un peu de vin à cause de ton estomac et de tes fréquentes faiblesses. » 1 Tm 5,23... quand on sait les dégâts de l'alcool sur l'estomac... Il est vrai qu'ailleurs, il alerte largement contre l'ivresse (Rm 14, 22; Eph 5, 18; 1 Tm 3, 8; Tite 2, 3), mais après avoir poussé à boire...

Le vin ne soigne pas et n'est pas nécessaire à la santé !

Il ne donne pas de force.

Il ne protège pas contre les infections, au contraire.

C'est un toxique !

Des pensées souvent inconscientes poussent les gens à boire :

Souvent de manière plus ou moins consciente, les gens pensent ainsi :

- « Boire quelques verres va me rendre plus drôle »;
- « Je me sentirai plus détendu si je bois un coup »
- « Allez, juste pour un verre, je l'ai bien mérité après le boulot... »

L'anxiété et la dépression poussent à boire et le faite de boire provoque de l'anxiété et de la dépression.

- Je suis angoissé... alors je bois... (et c'est vrai que, dans l'instant, l'alcool désangoisse)
- Et comme je bois, ça m'angoisse...
- Alors je bois encore...

De ce point de vue, il est important d'aider le malade alcoolique à retrouver la confiance en lui et non pas de le menacer, de le mettre sous pression, de le dévaloriser :

- « tu n'es qu'un incapable ! »,
et, en cas de rechute :
- « tu ne tiens pas tes promesses ! ».

C'est justement dans les moments de rechute que la personne a encore plus besoin que l'entourage l'aide à ne pas désespérer d'elle-même.

La dépendance de l'alcool s'accompagne aussi fréquemment de colères :

Suite aux homélies sur la maladie alcoolique, un catéchiste et sa femme à Isaka sont venus demander de l'aide parce qu'ils buvaient tous les deux :

- « On boit parce qu'on a des disputes conjugales
- Et quand est-ce que vous vous disputez ?
- Quand on a bu...
- Et alors vous buvez ensuite parce vous vous êtes disputés...
- Eny Mompera... » (Oui, mon père...)

Je les ai revus un an après. Ils avaient arrêté de boire et n'avaient plus de disputes comme avant. Lui avait pu reprendre son service de catéchiste. Leur joie est impressionnante.

4. Conséquences de l'alcool sur la santé

L'alcool est directement absorbé au niveau du tube digestif et ne nécessite pas de processus de digestion. Il provoque à très court terme, une augmentation de la quantité d'alcool dans le sang (alcoolémie) et une ivresse aiguë.

À noter qu'en buvant la même quantité d'alcool qu'un homme, une femme aura une quantité d'alcool dans le sang supérieure à celle d'un homme.

Si l'on peut diminuer l'impression d'être saoul en mangeant la quantité d'alcool ingéré et donc la nocivité restent la même.

L'ivresse, ou état d'ébriété, se caractérise par

- un ralentissement des réflexes,
- une diminution de la vigilance,
- un état d'euphorie ou, au contraire, de tristesse,
- une mauvaise appréciation des situations,
- des troubles de l'équilibre ainsi qu'une vasodilatation (la personne a les yeux rouges).

Tous ces effets favorisent la survenue d'accidents et de crimes.

L'ivresse peut conduire jusqu'au coma éthylique, situation pouvant amener au décès.

Il est à noter qu'une dose très faible d'alcool produit déjà des effets et augmente très significativement le risque d'accident, notamment de la route. Avec l'alcool, il n'est pas besoin d'être ivre pour devenir un assassin, un verre suffit...

À court terme, la consommation d'éthanol peut provoquer :

- gastrite (des brûlures d'estomac),
- reflux gastro-œsophagien (les aliments reviennent de l'estomac dans la bouche),
- hépatite aiguë alcoolique (destruction du foie pouvant causer la mort),
- nausées (envie de vomir), vomissements
- syndrome de « gueule de bois » en effet secondaire.

Répercussions de la maladie alcoolique chronique sur les divers organes

REPERCUSSIONS SUR LE SYSTEME NERVEUX

- Destruction des nerfs, troubles de la sensibilité et de l'équilibre.
- Destruction du nerf de l'œil et la personne perd la vue
- Troubles de la conscience, jusqu'au coma et à la mort parce que le foie ne fonctionne plus);
- Destruction du cerveau avec destruction :
 - de la mémoire : le malade ne se souvient plus des faits anciens, ou/et de faits récents : il ne retient plus rien, pas même que quelqu'un vient de venir lui rendre visite;
 - du jugement (il devient dément);
 - de la capacité à entrer en relation avec les autres.
 - Hallucinations alcooliques (le malade a des hallucinations, voit des choses ou entend des voix qui n'existent pas)

REPERCUSSIONS SUR LE FOIE :

- Cirrhose avec destruction du foie qui augmente de volume mais n'assure plus son travail.

- Cela va se traduire par un teint jaune, puis, le sang n'étant plus purifié par le foie, on arrive au coma et à la mort.
- Le malade ne pouvant plus digérer les éléments nutritifs va se retrouver très maigres tout en ayant un gros ventre.
- Cela va aussi provoquer des hémorragies digestives et la mort.

REPERCUSSIONS SUR LE PANCREAS

- pancréatite aiguë, destruction très rapide du pancréas pouvant être mortelle;
- ou pancréatite chronique, destruction lente du pancréas mais pouvant conduire à la mort, avec mauvaise digestion et diabète

REPERCUSSIONS SUR LE SYSTEME CARDIOVASCULAIRE :

- hypertension artérielle et ses conséquences : destruction des reins, accidents vasculaires et donc paralysies, mort.
- maladie du cœur,
- insuffisance veineuse.
- Maladie de la goutte (avec son risque de destruction des reins et d'autres complications).

REPERCUSSIONS SUR L'APPAREIL SEXUEL :

- Chez l'homme :
 - perte du désir sexuel,
 - impuissance,
 - éjaculation précoce,
 - Destruction des testicules.
- Chez la femme :
 - Absence d'orgasme
 - douleurs lors des rapports sexuels
 - absence de règles

- **Sans oublier les troubles du comportement sexuel :** passage à l'acte sexuel que l'on n'aurait pas eu autrement et même agressions sexuelles, crimes.

La consommation chronique augmente le risque de cancers :

Chez l'homme, un cancer sur dix est provoqué par l'alcool. Ce sont essentiellement des cancers :

- du foie,
- du pancréas,
- De tout le tube digestif supérieur : lèvres, bouche, gorge, œsophage, jusqu'à l'estomac.

Chez les femmes, il augmente le risque de cancer du sein.

L'alcool est source de maladies et de souffrances fortes

Au-delà de cette énumération, il faut percevoir l'énorme souffrance physique, morale, pour la personne et pour son entourage, associée à chacune des maladies évoquées ci-dessus et qu'un même malade peut cumuler.

Encore une fois, contrairement à une croyance forte, c'est l'alcool qui rend malade et non pas le fait de ne pas boire. Dans le groupe de « prêtres du diocèse de Fianarantsoa zéro alcool », très souvent, chacun questionne :

« Tu es sûr que de ne pas boire du tout ne va pas me fragiliser, me rendre plus fragile aux maladies ? Ma famille, les autres prêtres me disent sans cesse que c'est mauvais de ne pas boire du tout... »

Il est urgent de travailler à informer pour que cette croyance disparaisse.

Alcool, grossesse et allaitement

L'alcool est transmis par la mère à l'enfant à travers le cordon ombilical puis par le lait quand l'enfant tète.

Une ou des prises d'alcool occasionnelles par la mère durant la grossesse peut donner des troubles du comportement ou de la difficulté à apprendre pour l'enfant (effets fœtaux de l'alcoolisation EFA). Il suffit d'une ou de quelques prises pour encourir ce risque !

Plus rare, quand la mère boit beaucoup pendant la grossesse ou l'allaitement, l'enfant peut

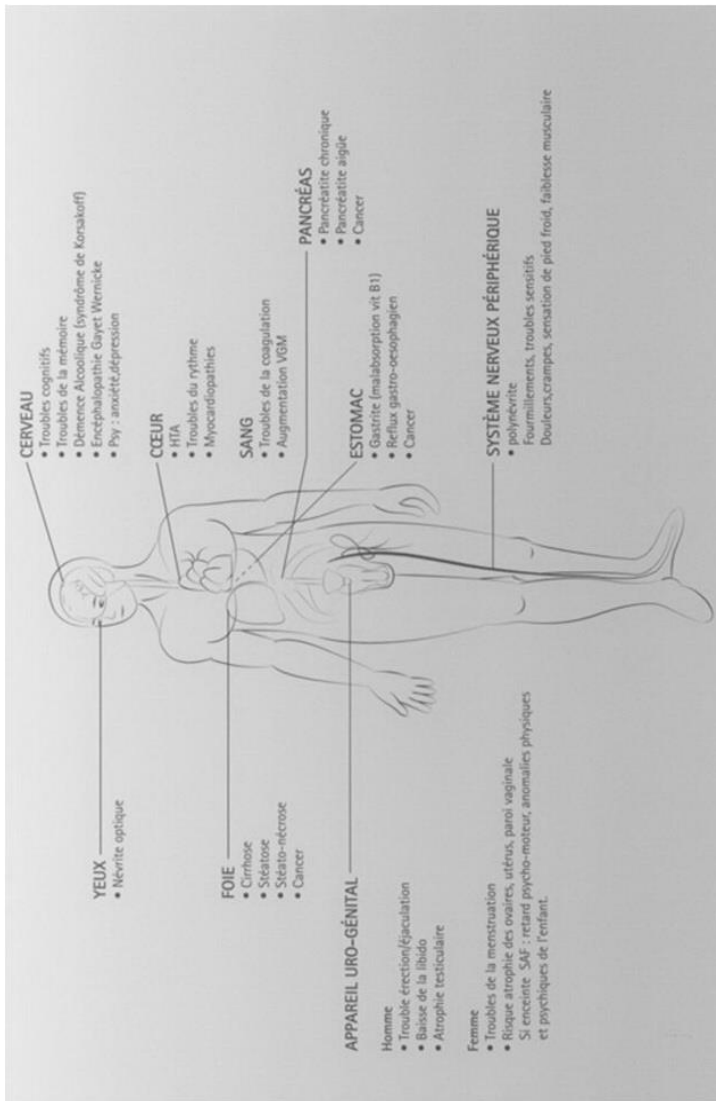
naître handicapé avec des malformations physiques et mentales (syndrome d'alcoolisation fœtale).



Pas d'alcool pendant la grossesse et l'allaitement !

Alcool + Tabac

- 85 à 90 % des alcooliques sont fumeurs.
- Boire donne envie de fumer
- Alcool + tabac = risque très fort de tous les cancers du tube digestif (langue, pharynx, larynx, œsophage, estomac...)
- Aujourd'hui, on encourage les personnes à lutter en même temps contre le tabac et contre l'alcool.



5. Syndrome de sevrage alcoolique

Ce qu'est le syndrome de sevrage

Le syndrome de sevrage alcoolique survient six à douze heures après la dernière prise d'alcool chez une personne dépendante. Cela veut dire que, lorsque la personne dépendante de l'alcool n'a pas pu boire depuis 6 à 12 heures, elle va souffrir car elle est en manque.

Quand une personne se décide à devenir abstinente, ces symptômes vont être très difficiles à supporter, mais ils vont disparaître en une semaine dans les cas simples. En revanche, il peut rester une dépendance psychologique qui peut être forte et il y a souvent une forte pression de l'ensemble de l'entourage et des « amis » avec qui la personne buvait pour qu'il continue à boire. Cela conduit très souvent à une rechute.

Les symptômes du syndrome de sevrage :

De façon plus ou moins associée, sont notés :

- des nausées,
- Des maux de tête,
- une agitation,
- des tremblements,
- Des douleurs, des crampes,
- une accélération des battements du cœur,
- une hypertension artérielle,
- des sueurs,
- une fièvre,
- angoisse et dépression,
- des troubles de la concentration.

Les symptômes peuvent être discrets ou extrêmement violents et gênants et empêcher le malade de devenir abstinent.

Dans les formes sévères, il y a des crises convulsives avec ou sans hallucinations.

La forme la plus sévère des complications est le delirium tremens qui peut être mortelle en l'absence de traitement.

5. Traitement

Le traitement, c'est le choix de l'abstinence, de ne plus boire du tout, afin d'arrêter l'évolution de la dépendance et de revenir à une vie « normale ».

Spontanément, la personne alcoolo-dépendante n'ira que très tardivement vers une structure de soins. Souvent, elle n'entamera cette démarche que sous la contrainte (du conjoint par exemple). C'est qu'il lui est très difficile de parler de son problème et que la personne alcoolo-dépendante présente souvent un déni de sa dépendance. Elle a souvent essayé de s'en sortir seule, mais n'y arrivant pas, doutant d'elle, car personne ne lui a jamais vraiment expliqué ce qu'est la maladie alcoolique et le phénomène de dépendance, alors elle désespère d'elle-même et s'enferme dans le mensonge. Ainsi, ne pouvant pas parler de sa difficulté, elle restera longtemps à en souffrir, seule.

Il faut parler avec la personne du fait qu'elle est malade alcoolique sans attendre qu'elle le fasse elle-même, et sans attendre non plus qu'elle approuve ce qui lui est dit, peut-être même qu'elle ne répondra rien. En abordant le problème avec la personne, en la motivant, en lui redonnant confiance en elle-même, en faisant route avec elle, on peut ainsi contribuer à l'amener plus rapidement à une démarche de soins.

Très important...

Pour limiter le risque de délire et d'épilepsie lié au sevrage, quand on s'arrête de boire et que l'on est déjà gros consommateur d'alcool, on veillera au moment du sevrage :

- À Boire beaucoup d'eau

- À ne pas rester dans une pièce plongée dans l'obscurité totale, à toujours laisser de la lumière
- A arriver à l'abstinence progressivement en commençant par retarder la prise d'alcool quand on sent le besoin et à espacer de plus en plus les prises d'alcool tout en diminuant les doses jusqu'à arriver à l'abstention TOTALE

La maladie étant chronique, il n'est pas question de guérison mais plutôt de « rétablissement ».

En raison de la dépendance induite, le sevrage est souvent délicat, exposant à un risque important de rechute.

Le sevrage est facilité si la personne alcoolo-dépendante est accompagnée socialement et médicalement.

Le sevrage est effectué sans hospitalisation dans la plupart des cas, et avec hospitalisation pour les cas où il y a plus de risques de complications.

De nombreuses associations peuvent aider le malade alcoolique, abstinent ou non.

Les plus connues sont : les Alcooliques Anonymes, Alcool Assistance (anciennement La Croix d'Or), la Croix-Bleue, Vie Libre, Alcool Ecoute Joie et Santé, le Nouveau Chemin)

Le chemin : l'abstinence totale

Certains encouragent le malade à continuer à boire mais « modérément ».

Je trouve inconscient d'encourager des malades alcooliques à chercher une consommation modérée.

Il est plus facile de dire un « non absolu » que de dire « juste un... juste aujourd'hui... » D'autre part, il est déjà très difficile de dire non au 1^{er} verre. Comme l'alcool diminue la

capacité de raisonner et provoque du plaisir, il devient encore plus difficile de dire non au 2^{ème} verre... Et que dire de la difficulté pour dire non au 3^{ème} ... ? Alors on arrive vite au n^{ème}

Le seul chemin, c'est l'abstinence complète

Pas de traitement par médicament miracle

Aucun traitement médicamenteux miracle n'existe. Dans les cures de désintoxications le traitement médical aura aussi pour but de prévenir le Delirium Tremens.

Le traitement, c'est la décision d'arrêter définitivement et totalement de boire, c'est l'abstinence complète.

Il est difficile d'arriver à cette décision, d'autant plus que l'entourage ne croit pas que ce soit le chemin de la guérison et qu'il pousse à boire. Le rôle de l'entourage, s'il est aidé à ne pas avoir des réactions qui enfonce la personne au lieu de l'aider, est évidemment très important.

Informez toute la société à commencer par l'Eglise

Un travail d'information de l'ensemble de la société à commencer par l'Eglise, pour changer le regard sur l'alcool et sur les personnes malades est une urgence.

Comment savoir si je suis en danger ?

LE TEST DES DIX JOURS

Il y a le test des dix jours qui permet de savoir si l'on est dépendant (alors même que l'on n'est jamais saoul). Tout simple... encore faut-il oser le faire... On décide de ne boire aucune goutte d'alcool pendant 10 jours, et, si l'on observe l'un des symptômes du syndrome de sevrage, si l'on est sans cesse en train de penser qu'on aimerait boire, on est déjà dépendant.

LE QUESTIONNAIRE AUDIT

Questionnaire AUDIT	0	1	2	3	4	Score de la ligne
1. Quelle est la fréquence de votre consommation d'alcool ?	jamais	1 fois par mois ou moins	2 à 4 fois par mois	2 à 3 fois par semaine	au moins 4 fois par semaine	
2. Combien de verres contenant de l'alcool consommez-vous un jour typique où vous buvez ?	1 ou 2	3 ou 4	5 ou 6	7 ou 8	10 ou plus	
3. Avec quelle fréquence buvez-vous six verres ou davantage lors d'une occasion particulière ?	jamais	moins d'une fois par mois	une fois par mois	une fois par semaine	tous les jours ou presque	
4. Au cours de l'année écoulée, combien de fois avez-vous constaté que vous n'étiez plus capable de vous arrêter de boire une fois que vous aviez commencé ?	jamais	moins d'une fois par mois	une fois par mois	une fois par semaine	tous les jours ou presque	
5. Au cours de l'année écoulée, combien de fois vous avez-vous eu besoin d'un premier verre pour pouvoir ce qui était normalement attendu de vous ?	jamais	moins d'une fois par mois	une fois par mois	une fois par semaine	tous les jours ou presque	
6. Au cours de l'année écoulée, combien de fois avez-vous eu besoin d'un premier verre pour pouvoir démentir après avoir beaucoup bu la veille ?	jamais	moins d'une fois par mois	une fois par mois	une fois par semaine	tous les jours ou presque	
7. Au cours de l'année écoulée, combien de fois avez-vous eu un sentiment de culpabilité ou des remords après avoir bu ?	jamais	moins d'une fois par mois	une fois par mois	une fois par semaine	tous les jours ou presque	
8. Au cours de l'année écoulée, combien de fois avez-vous été incapable de vous rappeler ce qui s'était passé la soirée précédente parce que vous aviez bu ?	jamais	moins d'une fois par mois	une fois par mois	une fois par semaine	tous les jours ou presque	
9. Avez-vous été blessé ou quelque'un d'autre et-il été blessé parce que vous aviez bu ?	non		oui, mois pas ou cours de l'année écoulée		oui, au cours de l'année	
10. Un parent, un ami, un médecin ou un autre soignant s'est-il inquiété de votre consommation d'alcool ou et-il suggéré que vous la réduisiez ?	non		oui, mois pas ou cours de l'année écoulée		oui, au cours de l'année	
Total						

Un score ≥ 8 chez les hommes et ≥ 7 chez les femmes est évocateur d'un mésusage d'alcool.
 Un score > 12 chez les hommes et > 11 chez les femmes serait en faveur d'une dépendance à l'alcool.
 AUDIT : Alcohol Use Disorder Identification Test.

6. Coût, mortalité, fréquence...

Dans un instant de silence...

- Essayez, de penser aux personnes que vous connaissez et qui sont atteintes par cette maladie...
- Pensez aux conséquences que ça a pour elles, pour ceux qui sont victimes de leur conduite, pour la société, pour l'image de l'Eglise quand il s'agit de personnes d'Eglise...
- Vous-mêmes, peut-être... Même peut-être sans que vous en soyez conscients...
- Qui dans votre famille ? dans votre entourage ? Parmi les prêtres, catéchistes, professeurs ?

Et dites vous que vous avez largement sous-estimé la réalité du fait du déni, (non, ce n'est pas vrai, je ne bois pas... je m'arrête quand je veux... l'alcool n'est pas dangereux...), du silence et du mensonge entourant nombre de situations, nombre d'accidents, et de l'inconscience sur le niveau d'alcool dangereux.

Coût social et économique

Le coût de l'alcoolisme est considérable de par ses conséquences sur la santé ainsi que par l'absentéisme au travail qui en découle ou par les accidents et la criminalité qui y sont associés

Alcoolisme et mortalité

- L'alcoolisme tue 1 800 000 personnes par an dans le monde, 45 000 en France, combien à Madagascar ?

- Tous les ans, 5 000 à 7 000 bébés naissent en France avec des malformations graves en raison de l'alcoolisation de la mère. Combien à Madagascar où les femmes se mettent à boire ?

Coût à Madagascar...

C'est certainement une des toutes premières causes de la pauvreté à Madagascar, en tous cas un facteur aggravant considérable, en même temps qu'une conséquence.

Que dire du nombre d'enfants nés handicapés, diminués par l'alcoolisme de leur mère et de toutes les familles en souffrance ?

La crise politique, morale et sociale actuelle, ne peut qu'accentuer le phénomène.

Divers accidents et criminalité

1 bagarre sur 2

1 accident mortel sur 2

1 crime sur 2

Fréquence de la maladie alcoolique

Je n'ai trouvé aucune statistique concernant Madagascar et je vous renvoie aux flashs d'introduction :

- 7 morts en un mois à Isaka, petite commune rurale (avril 2011),
- 200 personnes comptées ivres en traversant Ambohimahasoa un jour de marché.
- Combien de prêtres de nos diocèses en difficulté dans leur ministère, malades ou morts, ayant provoqué un accident, du fait de l'alcool ? Combien de catéchistes ?

- Et qui peut dire, parmi vous, qu'il n'y a personne dans sa famille proche (parents, frères et sœurs, oncles et cousins germains) qui ne soit atteint ?

Pas de culte des ancêtres possible sans alcool ?

C'est le Père François Noiret, jésuite, anthropologue formateur au séminaire de Vohitsoa, grand connaisseur de la culture Betsileo, qui a posé la question aux séminaristes. Et tous ont répondu que cela faisait partie de la tradition ancestrale et qu'on ne pouvait pas vénérer les ancêtres sans cet élément.

Et le Père Noiret de faire remarquer que l'alcool distillé (toaka) avait été introduit au XVIème par les européens, mais produit réellement que très récemment à Madagascar, au XIXème siècle...

Il y avait bien un respect et une vénération ancestrale des ancêtres sans alcool...

C'est l'alcoolisation qui n'est pas traditionnelle et qui détruit chaque jour un peu plus Madagascar.

7. Recommandations de l'OMS

(Organisation Mondiale pour la Santé)

- Jamais plus de 4 verres en usage ponctuel
- Jamais d'alcool quand on doit conduire...
- À éviter absolument en période de stress ou le risque de chuter est grand
- Homme en usage régulier : pas plus de 3 verres /j en moyenne
- Femme en usage régulier : pas plus de 2 verres /j en moyenne
- L'OMS recommande aussi de s'abstenir au moins un jour/semaine de toute consommation d'alcool

8. Appeler des prophètes à se lever

J'ai largement présenté toutes les conséquences organiques pour que l'on prenne conscience de la nocivité de l'alcool sur le corps.

Mais, ce qui me touche en premier, c'est la destruction humaine, de la personne, de sa famille, de l'Eglise, de la société ; toutes les violences associées, toutes les souffrances de la personne, son entourage, en particulier, les souffrances des enfants de parents malades de l'alcool, les souffrances des femmes ayant un mari alcoolique

Quelle parole d'Eglise en actes ?

L'Eglise peut-elle rester muette, inactive, indifférente, inconsciente ?

Et « l'Eglise », elle commence en chacun de nous.

Et quand ça touche des prêtres, des évêques, des religieux et religieuses, des séminaristes, des catéchistes, des professeurs de l'école catholique, quand cela les rend même responsables d'actes délictuels, de la mort d'autrui, qu'en est-il du visage du Christ qui est présenté ?

Pourquoi cette difficulté à aborder le sujet ?

Pourquoi est-on immédiatement objet de dérision quand on s'engage sur la voie de l'abstinence ou que l'on aborde ce sujet ? Pourquoi est-il si difficile de partager même entre prêtres et séminaristes, et qu'il faut s'abriter derrière des rires, des plaisanteries, une impossibilité à partager en profondeur ? Les prêtres de « l'équipe de Fianarantsoa zéro alcool » disent avec

force que les réactions des autres confrères rendent difficile leur chemin de libération de l'alcool.

Appeler des prophètes à se lever

À Befeta, j'ai appelé à ce que des « prophètes osent se lever » et il y a déjà quelques petites réalisations : par exemple, des « jeunes sessionnistes » du Centre de Promotion Rurale ont reçu publiquement le sacrement des malades et se sont engagés sur la voie de l'abstinence. Quelques-uns y arrivent déjà depuis 4 mois, d'autres...

Des catéchistes sont devenus abstinents ou luttent sur ce chemin.

Je suis convaincu que la première étape consiste en une information large sur la maladie alcoolique.

Ce livre correspond à un montage qui pourrait être utilisé dans des rencontres de prêtres, religieux et religieuses, séminaristes, novices, catéchistes, professeurs, soignants, pour rendre plus conscients de la question et faire émerger des suggestions.

Ce montage a été traduit en malgache pour toucher religieuses, professeurs des écoles catholiques, catéchistes, etc. qui ne maîtrisent pas le français.

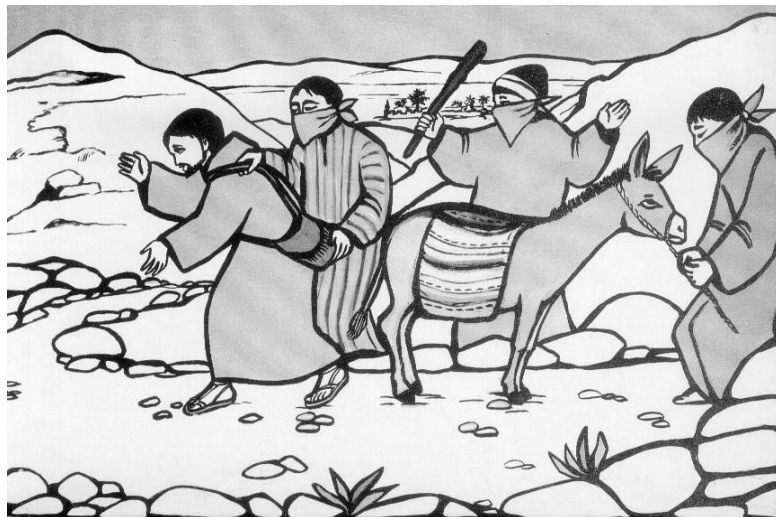
Si quelqu'un utilise ce montage, merci de me le signaler et de dire ce qui pourrait être amélioré, corrigé.

L'Eglise du Brésil a fondé la « Pastoral da Sobriedade » Pastorale de la Sobriété...

Pourquoi l'idée ne serait-elle pas reprise et adaptée à Madagascar ? Quelle autre proposition pourrait naître en écho ?

9. La parabole du Bon Samaritain...

Dans la parabole du Bon Samaritain, à qui allons-nous nous identifier personnellement et collectivement ?



Au malade, roué de coups par l'alcool et ne pouvant se relever seul ?

Aux bandits qui détruisent l'autre, le font tomber dans la maladie alcoolique, l'enfoncent quand il essaye de se relever ?



Au prêtre et au lévite qui ont « vu », mais qui passent à distance et ne se sentent pas concernés, ou, quand ils entendent cet appel : « Qu'as-tu fait de ton frère ? », répondent tranquillement : Suis-je le gardien de mon frère ?



*Au samaritain et à l'aubergiste
s'impliquant ensemble
pour relever l'homme blessé
et manifester l'amour du Christ ?*



Livre et montage
à consommer et diffuser
sans modération

En tous cas, merci pour votre attention ! Et toujours prêt pour partager avec qui veut, individuellement ou en groupe dans la mesure de mes disponibilités.

Pour me contacter :

Père Bruno Cadart,
034 41 744 43,
cadartbruno@gmail.com
www.bruno-cadart.com

Table des matières

Préface de Mgr Fulgence Rabemahafaly	5
L'auteur	7
1. Touché par la souffrance des malades de l'alcool et celle de leur entourage	9
2. La maladie alcoolique	13
3. Fausses raisons de boire	17
4. Conséquences de l'alcool sur la santé	21
5. Syndrome de sevrage alcoolique	27
5. Traitement	29
6. Coût, mortalité, fréquence...	33
7. Recommandations de l'OMS	37
8. Appeler des prophètes à se lever	39
9. La parabole du Bon Samaritain...	41
Livre et montage à consommer et diffuser sans modération	44

