

L'effet Nocebo, quèsaco??

Zitouni IMOUNACHEN - 2016-03-03 17:38:24 - Vu sur pharmacie.ma

Nocebo, quèsaco?? Vous connaissez l'effet placebo?? Inversez-en les conséquences et vous aurez compris que nocebo est comme le mauvais génie de l'effet placebo. Tandis qu'avec le placebo, c'est le savoir qui sauve, avec le nocebo, c'est le savoir qui tue. Cet effet nocebo (je nuirai) peut en effet prendre la forme des effets indésirables d'un vrai médicament et conduit le consommateur d'une substance (ou médicament) à la considérer comme nuisible, alors même qu'elle est objectivement inoffensive.

Un exemple classique d'effet nocebo est celui des riverains d'un pylône de retransmission qui se plaignent de maux de tête dus aux ondes radiomagnétiques, alors que la station n'a pas encore été mise en service. De même, en médecine, le patient sachant qu'il prend un médicament est capable de recréer inconsciemment les effets indésirables dont il a pu entendre parler auprès de ses amis, dans les médias, ou simplement lus sur la notice.

Ces effets, distincts des effets secondaires réels d'un médicament, sont de nature purement psychologique - même si la distinction entre les deux n'est pas toujours aisée. Selon certains chercheurs qui se sont penchés sur le sujet, il vaudrait carrément mieux ne pas lire les notices de médicaments, car avoir connaissance des effets indésirables possibles serait le meilleur moyen de les développer chez soi...

Mais pour le psychiatre Patrick Lemoine, auteur du livre « Le mystère du nocebo », le patient n'est pas le seul acteur de l'effet nocebo. Sa relation avec son médecin (et sans doute son pharmacien), serait également déterminante dans la genèse de cet effet négatif. « On observe des effets nocebo quand les rapports avec le patient sont mauvais, si le médecin n'a pas d'attente ou qu'il ne croit pas au médicament prescrit », écrit-il.