

Psychédéliques : une approche holistique de la médecine

Maeva Fischer, Shaza Isenschmid, Elliot Jaquier, Alicia Kracher, Nikita Pattaroni

Introduction

Les troubles mentaux restent parmi les dix principales causes de fardeau dans le monde, sans aucune preuve de réduction mondiale depuis 1990 (1). Malgré des efforts considérables pour découvrir les déterminants pathophysiologiques, notre compréhension des maladies psychiatriques et de leur traitement reste limitée (2). C'est dans ce contexte que certains professionnel-le-x-s de la santé explorent de nouvelles approches comme les psychédéliques pour tenter de traiter ces différents troubles. Les études sur ce sujet augmentent, montrant des résultats positifs mais avec des évidences encore trop faibles (3). Les psychédéliques sont des substances psychoactives qui induisent un état de conscience et des perceptions sensorielles modifiées, incluant hallucinations et expériences subjectives profondes. Parmi les psychédéliques classiques, on trouve le LSD, la psilocybine, le DMT et la mescaline. Les principales indications pour l'utilisation des psychédéliques incluent le PTSD, l'anxiété, la dépression résistante et les addictions (4). Les contre-indications incluent les troubles psychotiques et maniaques (5). Les représentations des professionnel-le-x-s sont cruciales pour un sujet émergent et aussi riche en histoire que les psychédéliques. Afin d'approfondir notre compréhension du sujet, nous nous sommes penchés sur la question suivante : quelles sont les représentations des différents acteur-ice-x-s de la santé au sujet de l'utilisation des psychédéliques à des fins thérapeutiques ?

Méthode

Afin de récolter les informations nécessaires pour répondre à notre problématique, nous avons entrepris les actions suivantes : nous avons réalisé une revue de littérature grise et scientifique.

De plus, nous avons mené 12 entretiens semi-structurés avec différents acteur-ice-x-s de la santé : psychiatre-x-s, psychologue-x-s, historien-ne-x-s de la médecine, anthropologue-x-s de la médecine, médecin-x-s généraliste-x-s, addictologue-x-s, chamane-x-s et instance légale.

Résultats

À la suite des différents entretiens, les représentations se regroupent en cinq grands thèmes.

L'efficacité thérapeutique des psychédéliques est discutée en raison du manque d'études de type RCT (Randomised Control Trials) et de biais méthodologiques. L'effet placebo est difficile à évaluer car les participant-e-x-s reconnaissent facilement les substances. L'efficacité semble dépendre davantage du contexte thérapeutique que de la substance en soi, selon certaines opinions. Cette situation crée une division parmi les médecin-x-s : certain-e-s-x estiment que ces substances ne sont pas sûres, tandis que d'autres pensent que les preuves sont suffisantes.

Le cadre légal des psychédéliques influence fortement les perceptions publiques. En tant que substances illégales, elles sont souvent vues comme dangereuses par la société. On peut se demander si, sans cette classification illégale, les psychédéliques susciteraient autant de questions. (Par exemple, le baclofène, introduit avec peu de preuves scientifiques parce qu'il est légal, aurait-il été aussi facilement accepté s'il avait été inscrit dans la liste des stupéfiants ?) Certain-e-s-x intervenant-e-x-s pensent que le cadre légal actuel est inadapté, le jugeant trop strict (freine la recherche) ou trop laxiste (menant à des dérives).

Le contexte historique, notamment dans les mouvements de contre-culture (1950-1970), façonne les représentations actuelles des psychédéliques. L'interdiction des psychédéliques dans le contexte de la guerre contre les drogues a contribué à les classer comme substances nocives et illégales. Certains des messages transmis durant cette période, comme l'idée que les psychédéliques poussent à sauter par la fenêtre ou ont un potentiel addictogène, restent encore d'actualité bien que ces propos aient maintenant été prouvés infondés.

Au niveau socio-culturel, l'engouement médiatique peut susciter des attentes élevées chez certain-e-s-x, tandis que d'autres recommandent de ne pas se laisser emporter par l'agitation médiatique. Certain-e-s-x estiment que l'enthousiasme pour les psychédéliques est excessif, tout en reconnaissant que la peur entourant ces substances l'est également. Les représentations des professionnel-le-x-s concernant les psychédéliques sont influencées par des figures socio-culturelles

bien connues comme les Beatles, Andy Warhol et les Rolling Stones. Plusieurs intervenant·e·x·s nous ont rapporté que certaines de ces figures ont développé des problèmes de dépendances. Bien que le LSD n'en crée pas, il peut être considéré comme une porte d'entrée vers d'autres drogues non psychédéliques, ce qui peut affecter la perception des professionnel·le·x·s à son sujet. Certain·e·s·x utilisent ces substances principalement pour leurs propriétés pharmacologiques, tandis que d'autres, comme les chamane·x·s, les considèrent comme cruciales pour la santé globale en intégrant des aspects spirituels et introspectif profonds.

Discussion et conclusion

Actuellement, certaines médecines intégratives, même sans preuve d'efficacité, sont tolérées tant qu'elles ne sont pas nocives. Les psychédéliques pourraient en faire partie. Cependant, leur légalité reste un obstacle à leur utilisation dans le cadre médical, tout comme le manque de preuve scientifique et d'innocuité. Obtenir des résultats basés sur des essais cliniques contrôlés (RCT) avec ces substances est difficile. Cette situation amène à se demander si, en l'absence de preuves d'efficacité et de sécurité, nous devons ignorer cette approche ou l'intégrer comme certaines pratiques de médecine intégrative. La question de la médicalisation ou dépénalisation des psychédéliques se pose également, tout en gardant une régulation stricte et en respectant la sécurité et les choix des patients.

Pour conclure, les représentations des professionnels sont façonnées par différents contextes : socio-culturels, politiques, historiques et médicaux. Pour pratiquer une médecine conventionnelle, fondée sur les preuves, on se doit d'être dans une position de doute, de rester critique. Bien que les psychédéliques puissent offrir des perspectives thérapeutiques à une problématique importantes. Leur utilisation doit être encadrée par des recherches supplémentaires et une régulation adaptée pour garantir leur efficacité et leur sécurité dans les pratiques médicales contemporaines.

“Les psychédéliques ne seront peut-être pas une solution miracle, mais pourraient intégrer les thérapies existantes.”

Références

1. GBD 2019 Mental Disorders Collaborators. Global, regional, and national burden of 12 mental disorders in 204 countries and territories, 1990-2019: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019. *Lancet Psychiatry*. 2022;9(2):137-50. DOI: 10.1016/S2215-0366(21)00395-3
2. De Gregorio D, Aguilar-Valles A, Preller KH, Heifets BD, Hibicke M, Mitchell J, et al. Hallucinogens in Mental Health: Preclinical and Clinical Studies on LSD, Psilocybin, MDMA, and Ketamine. *J Neurosci*. 2021;41(5):891-900. DOI: 10.1523/JNEUROSCI.1659-20.2020
3. Ko K, Kopra EI, Cleare AJ, Rucker JJ. Psychedelic therapy for depressive symptoms: A systematic review and meta-analysis. *J Affect Disord*. 2023;322:194-204. DOI: 10.1016/j.jad.2022.09.168
4. Yao Y, Guo D, Lu T-S, Liu F-L, Huang S-H, Diao M-Q, et al. Efficacy and safety of psychedelics for the treatment of mental disorders: A systematic review and meta-analysis. *Psychiatry Res*. 2024;335:115886. DOI: 10.1016/j.psychres.2024.115886
5. Benoît Blanquart, Federico Seragnoli. Suisse – La psychothérapie assistée par psychédéliques disponible à l'hôpital. Disponible: <https://www.esanum.fr/today/posts/suisse-la-psychotherapie-assistee-par-psychedeliques-disponible-a-lhopitalfederico-seragnoli>

Mots clés

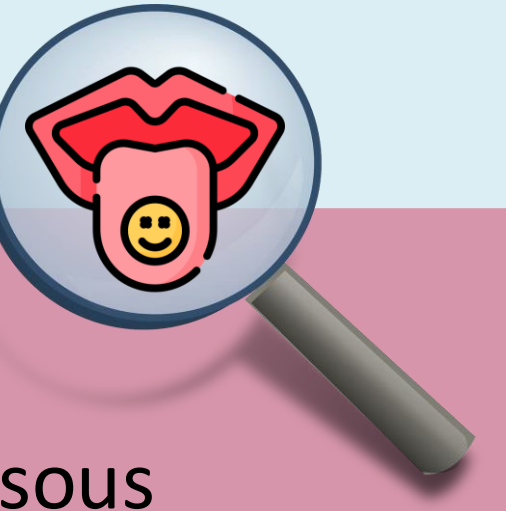
Psychédéliques, représentations, acteurs de la santé, thérapeutique, médecine intégrative



Psychédéliques : une approche holistique de la médecine

Simple effet de mode ou véritables substances miracles ?

Maeva Fischer, Shaza Isenschmid, Elliot Jaquier, Alicia Kracher, Nikita Pattaroni



Introduction

Un psychédélique, c'est quoi ?

- Une substance psychoactive
- Modifie l'état de conscience et les perceptions sensorielles
- Provoque des hallucinations et des expériences subjectives profondes.

Pourquoi s'y intéresser ?

- "Les troubles mentaux sont restés parmi les dix principales causes de fardeau dans le monde, sans aucune preuve de réduction mondiale du fardeau depuis 1990" (1)
- La compréhension des maladies psychiatriques et leur traitement reste limité. (2)
- C'est pourquoi les professionnels de la santé explorent de nouvelles approches, dont les psychédéliques.
- Bien que la littérature indique des résultats positifs, le niveau de preuves reste encore insuffisant. (3)

Psychédéliques classiques

- LSD
- Psilocybine
- DMT
- Mescaline



Objectifs

- Identifier les perceptions des différents intervenant·e·x·s.
- Analyser les perceptions socio-culturelles, politiques, historiques, éthiques et médicales des différents professionnel·le·x·s sur les psychédéliques.

Méthodologie

Afin de récolter les informations nécessaires pour répondre à notre problématique, nous avons entrepris les actions suivantes :

- Revue de littérature scientifique et grise.
- 12 entretiens semi-structurés avec différents acteur·ice·x·s de la santé : psychiatre·x·s, psychologue·x·s, historien·ne·x·s de la médecine, anthropologue·x·s, médecin·x·s généraliste·x·s, addictologue·x·s, chamane·x·s, instance légale

Le saviez-vous ?

Législation?

Art. 8, al. 5 (LStup) : Drogue illégale. Tolérée sous conditions pour la recherche et l'utilisation thérapeutique.

Qui ?

Autorisation exceptionnelle délivrée par l'OFSP sur demande motivée du médecin.

Où ?

Hôpitaux universitaires de Genève, Bâle, Zurich, Hôpital cantonal de Fribourg ainsi que cabinets privés.

Coût ?

La psychothérapie et les examens sont pris en charge par l'assurance de base (LAMal).

L'achat des substances nécessaires reste à la charge du patient (200-450 CHF par prise)

Comment ?

Séance de Screening → Administration de la substance → Bilan et planification du suivi,

Avec une psychothérapie avant, pendant et après la prise.

Résultats

Restitution des représentations en 5 grands thèmes



Contexte historique

- Les représentations actuelles des psychédéliques trouvent leurs racines dans l'histoire, notamment dans les mouvements de contre-culture (1950-1970)
- Puis, survient l'interdiction des psychédéliques dans le contexte de la guerre contre les drogues.
- Certains des messages transmis durant cette période, comme l'idée que les psychédéliques poussent à sauter par la fenêtre ou ont un potentiel addictogène, restent encore d'actualité bien que ces propos aient maintenant été prouvés infondés.

Cadre légal

- Le cadre légal influence fortement les perceptions publiques.
- Étant illégales, elles sont souvent vues comme dangereuses par la société.
- On peut se demander si, sans cette classification illégale, les psychédéliques susciteraient autant de questions.
- Certains intervenants pensent que le cadre légal actuel est inadéquat, le jugeant trop strict (freine la recherche) ou trop laxiste (menant à des dérives).

Indications médicales principales : (4)

- Etat de stress post-traumatique
- Anxiété
- Dépression résistante
- Addiction

Contre-indications : (5)

- Trouble psychotique
- Trouble maniaque

Exemple :
baclofène, mis sur le marché et largement utilisé contre l'addiction sans preuve d'efficacité.

Spiritualité

- Les psychédéliques sont associés à des expériences spirituelles profondes.
- Certain·e·s·x les utilisent pour leurs effets pharmacologiques, d'autres les voient comme essentiels à une santé intégrant le spirituel.
- Platon affirmait : "On ne peut guérir une partie sans traiter le tout. On ne doit pas soigner le corps séparé de l'âme."
- Certains préfèrent une approche médicale basée sur les faits, excluant l'aspect mystique des psychédéliques.

Question de recherche :

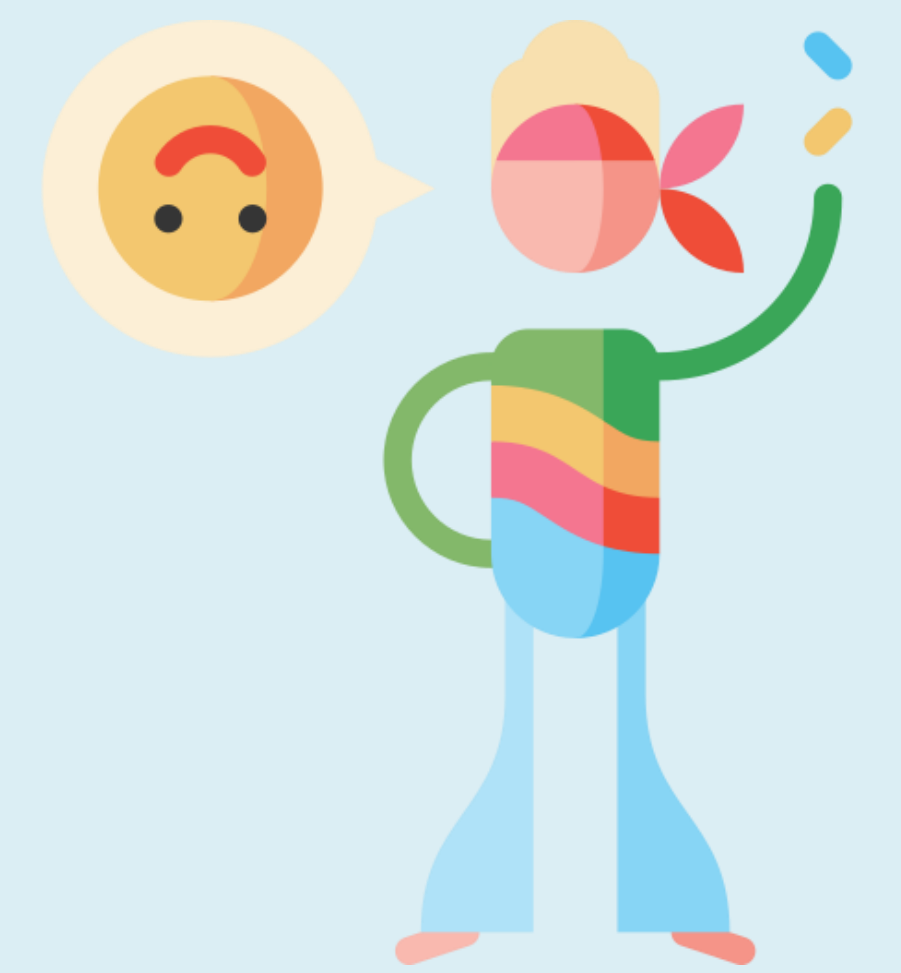
Quelles sont les représentations des différents acteur·ice·x·s de santé au sujet de l'utilisation des psychédéliques à des fins thérapeutiques ?

Efficacité thérapeutique

- L'efficacité discutée en raison du manque d'études de type RCT
- Les biais méthodologiques et l'effet placebo sont difficiles à évaluer.
- L'efficacité semble être modifiée par le contexte thérapeutique.
- Certain·e·s·x estiment que ces substances ne sont pas sûres et choisissent de ne pas les utiliser, tandis que d'autres pensent que les preuves sont suffisantes et regrettent de ne pas en tirer suffisamment parti.

Contexte socio-culturel

- L'engouement médiatique peut créer des attentes élevées chez certains acteur·ice·x·s de la santé.
- Certain·e·s·x professionnel·le·x·s estiment que l'enthousiasme médiatique pour les psychédéliques est excessif, tout en reconnaissant que la crainte entourant ces substances l'est également.
- Les figures emblématiques de la contre-culture comme les Beatles, le Flower Power, les hippies, Baudelaire, Andy Warhol, et les Rolling Stones influencent les représentations des professionnel·le·x·s de la santé sur les psychédéliques.
- Certaines de ces figures sont associées à des problèmes d'addiction aux drogues intraveineuses, renforçant les préoccupations concernant le LSD perçu parfois comme une drogue d'initiation.



Conclusion

Comme illustré dans les résultats, les représentations sont façonnées par différents contextes : socio-culturels, politiques, historiques et médicaux.

Pour pratiquer une médecine conventionnelle, fondée sur les preuves, on se doit d'être dans une position de doute, de rester critique.

En conclusion, bien que les psychédéliques puissent offrir des perspectives thérapeutiques importantes, leur utilisation doit être encadrée par des recherches supplémentaires et une régulation adaptée pour garantir leur efficacité et leur sécurité dans les pratiques médicales contemporaines.

"Les psychédéliques ne seront peut-être pas une solution miracle, mais pourraient intégrer les thérapies existantes."

Discussion

Actuellement, certaines médecines intégratives, même sans preuve d'efficacité, sont tolérées tant qu'elles ne sont pas nocives. Les psychédéliques pourraient en faire partie. Cependant, leur légalité reste un obstacle à leur utilisation dans le cadre médical, tout comme le manque de preuves scientifiques. Rappelons qu'obtenir des résultats basés sur des essais cliniques contrôlés (RCT) avec ces substances est difficile.

❖ Cette situation amène à se demander si, en l'absence de preuves d'efficacité, nous devrions ignorer cette médecine potentielle ou l'intégrer comme certaines pratiques de médecine intégrative.

❖ La question de la médicalisation ou de la dépénalisation des psychédéliques se pose, tout en gardant une régulation stricte et en respectant la sécurité et les choix des patient·e·x·s.

Remerciements

Nous tenons à remercier chaleureusement tou·te·x·s les intervenant·e·x·s pour leur disponibilité et leur collaboration. Nous remercions également notre tutrice Dr. Miriam Bickle Graz pour son soutien et son accompagnement.

Références

1. GBD 2019 Mental Disorders Collaborators. Global, regional, and national burden of 12 mental disorders in 204 countries and territories, 1990-2019: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019. *Lancet Psychiatry*. 2022;9(2):137-50. DOI: 10.1016/S2215-0366(21)00395-3
2. De Gregorio D, Aguilar-Valles A, Preller KH, Heifets BD, Hibicke M, Mitchell J, et al. Hallucinogens in Mental Health: Preclinical and Clinical Studies on LSD, Psilocybin, MDMA, and Ketamine. *J Neurosci*. 2021;41(5):891-900. DOI: 10.1523/JNEUROSCI.1659-20.2020
3. Ko K, Koprà E, Cleare AJ, Rucker JJ. Psychedelic therapy for depressive symptoms: A systematic review and meta-analysis. *J Affect Disord*. 2023;322:194-204. DOI: 10.1016/j.jad.2022.09.168
4. Yao Y, Guo D, Lu T-S, Liu F-L, Huang S-H, Diao M-Q, et al. Efficacy and safety of psychedelics for the treatment of mental disorders: A systematic review and meta-analysis. *Psychiatry Res*. 2024;335:115886. DOI: 10.1016/j.psychres.2024.115886
5. Benoît Blanquart, Federico Seragnoli. Suisse – La psychothérapie assistée par psychédéliques disponible à l'hôpital. Disponible: <https://www.esanum.fr/today/posts/suisse-la-psychotherapie-assistee-par-psychedeliques-disponible-a-lhopitalfederico-seragnoli>