

## Le placebo et l'effet placebo

Ce flash info ne concerne ici que le placebo à visée antalgique. Ce qui exclut donc le placebo utilisé en psychiatrie ainsi que dans les études cliniques qui bénéficient de réglementations spécifiques.



Rédigé par l'équipe algologique  
du CHA-Vivalia

« Je lui ai donné un placebo et ... ça a marché ! ... Tu vois, elle n'a pas si mal que ça ! »  
Une fausse croyance encore largement répandue...

Un médicament placebo est un médicament sans principe actif (ex. : gélule de lactose ou sérum physiologique) ou qui n'a aucun effet pharmacologique dans la pathologie qu'il est censé traiter. Dans son utilisation courante, il est utilisé à la place d'un médicament (à l'insu du patient) pour son effet psychologique, dit « effet placebo ».

Le **placebo** est souvent utilisé pour de mauvaises raisons : comme test afin de déceler les patients qui exagèrent, qui n'auraient pas vraiment mal, jugés « difficiles, trop demandeurs » ou face au sentiment d'impuissance du soignant (quand il ne peut plus rien donner).

La réponse au placebo, qu'elle soit positive ou non ne permet en rien de tirer des conclusions et cette pratique peut même se révéler dangereuse.

### En effet, si le patient répond au placebo, les dangers sont :

- > de stigmatiser de « faux douloureux », de relâcher notre vigilance par la suite au risque de passer à côté d'une cause réelle et de ne pas la traiter comme il se doit.
- > d'induire des effets nocebos (céphalées, somnolence, vertiges, etc.)

**Par contre, si le patient ne répond pas au placebo**, il risque de majorer son anxiété, facteur aggravant du ressenti douloureux.

**De plus, si le patient découvre qu'il a été « trompé »**, la relation soignant/soigné peut être détériorée. La perte de confiance s'installe avec le risque d'altérer la compliance du patient.

Dans la pratique, le recours au placebo reste tabou. L'acte reste en général discret, sans trace écrite. Or une étude (Baty, 2004) montre que 35% des médecins et 53% des infirmières utilisent (parfois ou rarement) un placebo. L'acte de donner un placebo ne peut en aucun cas être une initiative personnelle de l'infirmière car le recours au placebo est un acte requérant une prescription médicale (acte B2).

## Nous avons tendance à négliger l'effet réel du placebo.

Or, les études montrent que l'effet placebo induit un soulagement significatif de la douleur chez 35% des patients. Une injection de sérum physiologique à la vue du patient a le même effet antalgique qu'une injection cachée de 6 à 8mg de morphine.

L'effet placebo ne se limite pas à un mécanisme purement psychologique, il est également lié à un phénomène neurobiologique. Le simple fait d'administrer un traitement placebo à visée antalgique libère des endorphines (antidouleur naturel). L'anticipation d'un effet bénéfique amène également une libération de dopamine.

### → Quels éléments interviennent dans l'émergence de cet effet placebo ?

Il faut savoir qu'aucune étude ne démontre un profil psychologique spécifique chez ceux qui répondent positivement au placebo. La réceptivité dépend davantage de facteurs contextuels que de prédisposition individuelle. De plus, la réponse au placebo est imprévisible et non reproductible.

Dans ces facteurs contextuels, il y a beaucoup d'éléments qui interviennent tels que la connaissance/compréhension qu'a le patient du soin/traitement, la nature de l'information (mots et attitudes du soignant), les attentes du patient, la relation de confiance avec le soignant (écoute, empathie, ...).

D'autres facteurs interviennent également comme l'équipement médical, le nombre de médicaments, la couleur/la forme/le prix du médicament, la forme (per os /iv), la réputation du médecin, le prix de la consultation.

Un placebo peut procurer réellement un effet (positif ou négatif) mais ne permet en aucun cas de discréditer la plainte douloureuse du patient.

#### Comme l'écrit Patrick Lemoine :

« Tout est dans la manière de prescrire, la qualité de la relation soignant/patient étant peut être le seul placebo moralement inattaquable ».