

L'information médicale inonde la Toile

► **VIRTUEL** L'internet a changé notre façon de nous informer, même dans le domaine médical. Attention à la «cybercondrie»... Eclairage avec le médecin François Héritier, président de la Société Suisse de Médecine Générale

On consulte la Toile pour connaître la météo du week-end, l'état du trafic avant d'emprunter l'autoroute, pour trouver une bonne table de restaurant ou le parc d'attraction le plus proche pour les petits. Il y a seulement dix ans, le recours à plusieurs sources auraient été nécessaires pour obtenir les mêmes informations, tout en mettant beaucoup plus de temps. L'internet a mis à portée de clic une quantité gigantesque de renseignements.

Si cela fonctionne bien pour organiser la fin de semaine en famille, on s'attend à une même efficacité en ce qui concerne la médecine et le rapport avec notre médecin. La recherche sur les symptômes, traitements, résultats d'examen, effets secondaires ou sur les questions restées en suspens pendant une consultation, devient un jeu d'enfant. Une multitude de sites et blogs délivrent une quantité infinie d'informations médicales vingt-quatre heures sur vingt-quatre et permettent ainsi de se documenter en quelques clics.

Il est même possible, à travers les forums, d'échanger diverses expériences avec d'autres patients-internautes. L'échange d'information médicale est actuellement tellement pertinent qu'on estime qu'un quart du trafic de la Toile est directement ou indirectement lié au domaine médical.

Un rapport à trois

«Il est devenu presque normal, même dans notre région qui est encore assez rurale, comparée par exemple à la région lémanique où j'enseigne, de voir des patients qui se présentent à la consultation avec des idées de leur pathologie déjà glanées sur l'internet», explique le Dr François Héritier, généraliste à Courfaivre et président de la Société Suisse de Médecine Générale. «Pour autant, les gens ont généralement une attitude ouverte, cherchant plutôt à confronter leur opinion avec l'avis du médecin.»

L'exigence de précision des patients, mieux informés, devient plus grande. Quant aux médecins, «l'in-



On estime qu'un quart du trafic de la Toile est directement ou indirectement lié au domaine médical.

ternet fait partie de nos vies et de notre profession. En Suisse, surtout dans les agglomérations, des médecins possèdent déjà des dossiers médicaux informatisés, même si cela reste encore limité à environ 20% des cabinets. Plus généralement, l'internet se révèle un outil presque indispensable afin de permettre une mise à jour des connaissances des professionnels situés en zone périphérique, comme c'est le cas pour notre région.»

Au début des années 2000, la communauté médicale était divisée entre les anti- et les pro-internet. Aujourd'hui, ces derniers sont devenus largement majoritaires. «L'internet a eu le mérite d'augmenter ce que, avec le terme anglais, on définit comme le Patient Empowerment. C'est-à-dire la capacité, de la part des patients, de mieux connaître leur état de santé et, par conséquent, d'améliorer leur prise en charge», constate le Dr Héritier.

Des patients plus informés et plus inquiets

Le web a cette capacité de faire avancer la relation médecin-patient, de l'orienter, de la sublimer, mais aussi de la pervertir. «Depuis l'existence d'Internet, je reçois de plus en plus de patients anxieux, voire angoissés, après avoir surfé sur la Toile pour autodiagnostiquer leurs symptômes. Ces patients, je dois en prendre soin et les rassurer avant de les soigner.»

Dans cette nouvelle sorte d'hypocondrie, que les spécialistes nomment «cybercondrie», à l'écoute obsessionnelle du moindre symptôme, s'ajoute un stress encore plus grave dérivant des heures et des heures passées à surfer sur le net afin de tenter de se rassurer. Au moindre symptôme, une recherche sur l'internet ouvre la voie à un autodiagnostic pour le moins fantaisiste: les maux de tête deviennent peut-être les signes avant-coureurs d'un accident

vasculaire cérébral (AVC) et une douleur dans la poitrine annonce une crise cardiaque.

«Enfin, elle savait ce qu'elle avait»

Malgré cela, la Toile ne doit pas forcément être diabolisée. «Pendant mon activité d'enseignement au CHUV, j'ai supervisé la consultation d'une jeune femme souffrant d'une forte douleur de la poitrine. Malgré plusieurs consultations en urgence avec chaque fois des examens rassurants, cette patiente restait fort inquiète et s'imaginait le pire après s'être informée de ses maux sur Internet. Elle me montra précisément l'endroit où elle sentait sa douleur, au niveau des 2^e et 3^e articulations chondro-costales [n.d.l.r.: à droite ou à gauche de la partie haute du sternum]. Je pensai que ces douleurs thoraciques aiguës étaient caractéristiques du syndrome de Tietze, et tout de suite je lui montrai sur la Toile

une page qui décrivait ce syndrome douloureux mais bénin. C'était comme si l'article avait été écrit pour elle: enfin, elle savait ce qu'elle avait. Elle pouvait mettre un nom sur son problème, internet lui avait donné la solution», explique le Dr Héritier.

La relation patient-médecin va bien au-delà des mots et l'interprétation des signes cliniques de la part du médecin. Il garde le rôle central dans la prise en charge du patient. Pour cet aspect, l'internet reste totalement déficitaire. Certes, la Toile a mis le mot fin à la parole sacrée du médecin, et désormais les patients disposent de plus de moyens pour se confronter avec lui. Une confrontation qui semble faire entrevoir, dans le futur, une collaboration plus étroite, selon la formule d'une médecine participative, dans laquelle le patient pourra devenir acteur de sa santé, et non plus simple spectateur comme avant.

MARCO PRUNOTTO

Les signes physiques: l'art ancien du clinicien

Lors de chaque consultation, auprès d'un spécialiste comme d'un généraliste, le médecin suit une procédure bien précise pour évaluer l'état de santé. Cette procédure, nommée examen médical, codifiée dans le courant du XIX^e siècle, est un temps essentiel permettant un contact entre le clinicien et son patient. Pendant ce temps, par la vue et le toucher ainsi que par l'interrogatoire ou anamnèse, le médecin retrace l'histoire de notre maladie. Bien que de plus en plus délaissé en faveur des examens de laboratoire, un examen médical complet, orienté par le motif de consultation et les symptômes signalés, contribue, en retrouvant ou pas certains signes cliniques, à apporter des preuves pour appuyer une certaine hypothèse de diagnostic.

L'importance du contact médecin-patient

Plusieurs études concernant l'efficacité diagnostique de l'examen clinique pour divers symptômes ont démontré l'importance de l'interrogatoire et des signes physiques.

Elles relèguent l'impact des examens complémentaires au second plan, ou dans le but de se rassurer.

Selon une étude publiée en 2000, dans 79% des cas, l'interrogatoire suffit à poser un diagnostic. Dans 8% des cas, c'est au stade de l'examen physique que le diagnostic est fait et dans seulement 13% des cas, un recours aux examens complémentaires est nécessaire. L'anamnèse et l'identification des signes physiques restent un point central dans la relation patient-médecin.

Un héritage médical

Connus depuis l'Antiquité, déjà cités par Galien au II^e siècle de notre ère et définis plus précisément en 1670 par le médecin et savant anglais Henry Stubbes, les signes physiques constituent un moyen pour le médecin de détecter des manifestations caractéristiques d'une maladie auprès du patient. Certains de ces signes ont même reçu un nom propre. Le signe de Charles Bell, par exemple, qui consiste simplement à demander au patient de fermer les yeux, peut



Dans le diagnostic, l'observation du patient est essentielle.

ainsi aisément conduire au diagnostic de paralysie faciale périphérique. En prenant soin d'observer, on remarque en effet que le blanc de l'œil devient visible à chaque tentative d'occlusion de la paupière. Anamnèse et lecture des signes cliniques restent donc des outils fondamentaux dans l'arsenal diagnostique du médecin, un duo difficilement remplaçable par la seule consultation de la Toile.

MP

► Avis aux navigateurs

L'information médicale en toute sécurité

On estime que l'information médicale constitue à peu près un quart de l'information disponible sur la Toile. Pour s'orienter dans cette jungle, certaines suggestions simples peuvent éviter des mauvaises surprises:

1. Préférez toujours les articles datés et signés.
2. Renseignez-vous sur la source par laquelle vous êtes en train d'obtenir l'information. Consultez la rubrique «Qui sommes-nous?» afin de savoir qui finance le site, et si cela peut influencer sur son objectivité. Il peut s'avérer que certaines institutions tirant un profit aient un regard biaisé par rapport à certaines informations disponibles sur leur site internet.
3. Préférez, quand c'est possible, des sites portant le label HON (Health on the Net). Attribué par une organisation indépendante, il atteste que le site répond à un certain nombre de critères éthiques.
4. Méfiez-vous de tous les produits miraculeux vendus en ligne.
5. Ne modifiez jamais votre traitement sans en avertir votre médecin traitant. MP