



Lausanne Le festival underground LUFF fête ses 15 ans avec une programmation toujours aussi ébouriffante. >> 35



L'aide au développement par l'agriculture
Page Jeunes. Un projet lancé il y a plus d'une année par le Fribourgeois Julien Kauer permet aujourd'hui à une école kényane d'envisager l'autosuffisance alimentaire. >> 29

MAGAZINE

27
LA LIBERTÉ
MARDI 18 OCTOBRE 2016

Souvent conspué, le web peut pourtant aider le patient à être plus actif dans la gestion de sa maladie

Internet, un gain pour les patients

<< AUDE-MAY LEPASTEUR

Santé >> Cela vous est sans doute déjà arrivé. Vous avez un puissant mal de ventre, l'impression que ça brûle à l'intérieur. Déconcerté, vous faites une rapide recherche sur Google: «mal ventre brûlure». Vous cliquez sur le premier lien. Et voilà, vous avez soit la maladie de Crohn, soit une appendicite. Encore heureux que ça ne soit pas un cancer du côlon.

Les informations santé sur internet, ça n'est souvent pas la panacée. Parfois profondément anxiogènes, et pas forcément justes, ces dernières ébranlent les patients et irritent le corps médical. Pourtant, internet est également une chance pour les malades et les professionnels de la santé. Trois soirées seront consacrées à cette thématique au Centre médical universitaire de Genève. Interview avec Jean Gabriel Jeannot, spécialiste en médecine interne à Neuchâtel, fondateur du site medicalinfo.ch et médecin agréé projets santé digitale à la Polyclinique médicale universitaire de Lausanne, qui s'exprimera à cette occasion.

Quelle a été l'influence d'internet sur nos pratiques de santé?

Jean Gabriel Jeannot: C'est une véritable révolution. Avant internet, le patient avait un accès extrêmement limité à l'information, détenue quasi exclusivement par les professionnels de la santé. Le web a permis de rééquilibrer un peu cette asymétrie. Aujourd'hui, grâce à internet, le malade peut jouer un rôle plus actif dans la gestion de sa pathologie.

Qu'entendez-vous par là?

D'abord, il peut se préparer à la rencontre avec un médecin, réfléchir aux questions qu'il veut poser. Ensuite, il peut retrouver des informations que le médecin lui aurait données mais dont il ne serait plus certain. Des études montrent qu'au terme d'une consultation, le patient a oublié ou mal compris une très grande part des informations. Cela peut tenir au vocabulaire complexe utilisé par les professionnels de la santé, au grand nombre de renseignements transmis, mais aussi au fait que la consultation peut être un moment chargé émotionnellement – surtout dans le cas de maladies graves.

Enfin, internet peut lui permettre de mieux comprendre sa situation. C'est particulièrement important pour les maladies chroniques (comme le diabète), plus encore si ces affections sont graves (cancers, maladies cardiovasculaires). C'est aussi essentiel pour les patients souffrant de maladies dites silencieuses, ce qui signifie que le patient n'en ressent pas les symptômes. Si les patients qui souffrent d'hypertension ne prennent pas leurs médicaments, ce ne sont pas forcément de « mauvais » patients, mais probablement qu'ils ont été insuffisamment informés. Ils ne



Internet fournit des informations, pas un diagnostic. L'expert reste le médecin, mais ça ne vous empêche pas de vous informer. Fotolia

LES SIX RÈGLES D'OR DE LA RECHERCHE SANTÉ SUR INTERNET

1 Osez! Vous avez le droit d'utiliser internet et vous pouvez parler de ce que vous y trouvez avec votre médecin. Il n'y a pas de honte à ça.

2 Non à Google Les moteurs de recherche peuvent mener à des sites contenant des informations erronées, ou alors à des forums bourrés de contenus anxiogènes. Mieux vaut privilégier les portails médicaux animés par des spécialistes, comme planète santé.

3 Spécifiez Si vous recherchez des informations sur une maladie, écrivez son nom ainsi que le mot «Suisse» dans le moteur de recherche. Vous tomberez sur le site de l'association des patients de cette dernière.

4 Comparez Il peut être utile de comparer le contenu de plusieurs sites, pour s'assurer de la valeur de l'information. Si vous êtes bilingue, vous pouvez aussi effectuer votre recherche dans une autre langue.

5 Soyez vigilants Identifiez qui se trouve derrière le site et les intérêts que peuvent avoir les animateurs: médecins, journalistes, patients, assurances, laboratoires...

6 Consultez Internet ne donne pas de diagnostic. Des études ont prouvé que même dans les cas d'urgence grave, le web aiguille mal le patient. Le spécialiste reste toujours votre médecin. Gardez cela à l'esprit. **AML**

sont peut-être pas conscients que l'absence de symptômes ne signifie pas la guérison de la maladie et que le traitement médicamenteux doit être poursuivi.



«Le patient veut être pris au sérieux, participer à la conversation»

Jean Gabriel Jeannot

Les médecins n'apprécient pas toujours que les patients aient recours à internet, car sur le web, les informations erronées pullulent...

Certains médecins craignent que le patient ne cherche à les «coincer» en faisant des recherches sur internet. La plupart du temps, ça n'est pas le cas. Il veut juste être pris au sérieux, participer à la conversation. D'autres s'énervent quand le patient rend compte d'informations erronées. Il suffit de corriger, de lui expliquer que c'est faux.

Dans le corps médical, toutefois, les pratiques évoluent. La jeune génération mise plus sur l'information au patient. Elle est consciente que les malades désirent avoir leur mot à dire dans les décisions qui concernent leur santé. On s'éloigne d'un fonctionnement paternaliste où le médecin seul détient le savoir pour évoluer vers une relation de partenariat. Tout le monde est gagnant, les patients comme les professionnels de la santé.

Internet est bourré d'informations anxiogènes. Celles-ci ne font-elles pas du tort aux patients?

C'est le fameux exemple de la mère qui fait une recherche pour un bouton sur la langue de son enfant. En quelques clics, elle découvre qu'il a le scorbut, un cancer ou qu'il risque la mort immédiate. C'est vrai, internet peut créer de la panique, peut avoir une influence négative. Mais il y a toujours eu des hypochondriaques. Le web ne fait que renforcer des tendances naturelles.

C'est pourquoi il faut absolument former les gens à la recherche santé en ligne. Si les patients adoptent les bonnes pratiques, utilisent des sites médicaux de qualité, internet représente un gain énorme. >>

>> *Bien utiliser le web pour s'informer sur sa santé*, bibliothèque du Centre médical universitaire, avenue de Champel 9, Genève, les 20 octobre, 3 et 17 novembre.
>> Inscriptions: 022 379 50 90 ou cds-medecine@unige.ch