

Placebo et effet placebo

Placebo

- Le placebo est un terme latin qui signifie je plairai, contraire du mot « nocebo ». En médecine, c'est une substance inerte n'ayant aucune activité pharmacologique, qui est délivrée dans un contexte thérapeutique.
- C'est une « poudre de perlimpinpin » généralement c'est du lactose placé dans une gélule ou du sérum physiologique
- Le sucre en cuisine est du sucre, mais en gélule il devient placebo.
- Un placebo impur est un médicament n'ayant pas démontré objectivement son efficacité (médicaments dont le remboursement est réduit)
- Les placebos impurs peuvent aussi être des produits ayant une indication précise, mais détournés de leur usage
- La vitamine C, par exemple, traitement du scorbut reste sans effet sur la grippe, la fatigue, le rhume, la mémoire avant les examens « elle ne marche que si l'on y croit »

Effet placebo

- Il correspond à un effet thérapeutique psychologique ou psychophysiologique non spécifique produit par l'administration d'une substance pharmacologiquement inerte.
- Il représente l'écart positif entre le résultat thérapeutique prévisible en fonction des données de la pharmacologie et l'effet thérapeutique observé.
- Un antidépresseur n'agit qu'au bout de deux à trois semaines ; s'il fonctionne dès le premier jour, on considère que c'est l'effet placebo.
- Si le médicament aggrave la maladie on parle d'« effet nocebo »

Explication

- Pour comprendre les mécanismes qui sous-tendent l'effet placebo, il faut examiner le phénomène sous différents éclairages qui vont des aspects culturels aux fondements biologiques en passant par les domaines psycho-comportementaux.
- Cet effet s'explique par le phénomène de conditionnement. Lorsque le patient prend un placebo, il se remémore les améliorations perçues lors des prises antérieures de médicament actif.

Facteurs influençant la réponse au placebo

- **Type de la maladie** : les maladies chroniques sans pronostic vital engagé ou les maladies psychosomatiques répondent favorablement au placebo.
- **Patient** : les attentes, l'envie de plaire, la demande de prescription médicamenteuse vont favoriser son effet.
- **Médicament** : sa couleur, son goût, son nom, son mode d'administration et son coût ont une importance dans l'effet placebo
- **Qualité de la relation médecin-malade** : la notoriété, les attentes du médecin, la confiance que le patient a en celui-ci.

Importance du phénomène

- Le placebo et l'effet placebo conduisent les agences FDA, AFSSAPS, à exiger des essais comparatifs contre placebo pour juger de l'efficacité d'un médicament.
- Un tiers des personnes traités répondent au placebo, et environ un tiers des effets des médicaments efficaces observés en pratique quotidienne est attribuable à l'effet placebo.

- On peut considérer l'effet placebo comme une valeur ajoutée à la pharmacologie et qu'elle représente environ un tiers de l'activité thérapeutique ; ce qui n'est pas négligeable.
- La littérature montre une action particulièrement efficace dans l'insomnie et la douleur, que cette dernière soit fonctionnelle ou organique
- Les douleurs organiques et surtout les plus angoissantes, où l'attente du soulagement est majeure, type angine de poitrine, répondent le mieux.
- Les maladies comme l'asthme, la migraine, l'eczéma sont également un domaine de choix pour l'effet placebo.

Pharmacologie du médicament

L'action du placebo peut être décrite d'un point de vue pharmacocinétique par comparaison aux produits de référence :

- **Temps de latence raccourci et pic d'activité précoce** : dans les douleurs du post-partum, la réponse maximale à l'aspirine est obtenue en deux heures, alors qu'avec le placebo il suffit d'une heure.
- **Durée d'action raccourcie** : l'effet placebo antalgique est maximal pendant deux semaines.
- **Posologie variable** : dans le syndrome anxiodépressif 4 cp sont plus efficaces que 2 ; alors que dans l'HTA 1 cp est mieux toléré que 2.
- **Effet cumulatif** : un placebo augmente l'efficacité du traitement qui lui est associé.
- **Effets secondaires** : rappelant (pour certains) les signes décrits au cours des maladies fonctionnelles : asthénie, céphalées, nausées, vertiges principalement.
- **Dépendance** : les effets du sevrage sont plus ou moins comparables à ceux des opiacés et ne s'en distingueraient que par leur intensité moindre.

Utilisation du médicament placebo

Deux types d'utilisation du médicament placebo :

- **Utilisation sur prescription médicale** : utilisé ici pour son effet psychologique ou psychophysiologique non spécifique. Le médicament placebo peut avoir des effets indésirables nocebo (effet secondaire). On observe parfois des effets de dépendance, toutefois moins importants qu'avec le médicament actif.
- **Utilisation dans les essais cliniques** : la comparaison des écarts d'effets du placebo et du médicament permet de tester l'efficacité de celui-ci. Le médicament placebo est élaboré afin qu'il n'y ait aucune différence visible par l'aspect ou le goût. Il est habituellement administré en double aveugle. Cependant la déclaration d'Helsinki limite éthiquement l'utilisation du placebo : un médicament nouveau peut être comparé à un médicament placebo seulement s'il n'existe pas de produit de référence dans l'indication voulue. Le but est de ne pas laisser de patient sans traitement actif, ce qui serait éthiquement inacceptable.

Conclusion

Le placebo et l'effet placebo reflètent la qualité de la relation médecin-malade. Ils en sont même les témoins. C'est en observant les effets non spécifiques de ses prescriptions que l'Homme de l'art pourra avoir une idée relativement précise de sa capacité à soigner et à établir un lien thérapeutique satisfaisant.