

ADDICTIONS

Les jeux d'argent et de hasard

La parole de l'expert

Laurent Karila,
psychiatre
spécialisé
en addictologie.



La grande majorité des joueurs a une pratique contrôlée et récréative des Jeux d'Argent et de Hasard (surnommés JAH). Le joueur mise, dans l'espoir d'un gain, de l'argent qu'il ne peut reprendre. Internet a bouleversé la donne et l'accès aux jeux (paris sportifs, hippiques et poker). Les opérateurs de paris en ligne créent un univers artificiel et valorisant du jeu pour inciter les parieurs à jouer via de fausses promesses. Il existe des profils de joueurs à risque modéré ou excessif, ayant un impact sur la santé physique, psychique, la vie sociale, dont la situation financière. Tous les JAH sont interdits aux mineurs mais l'usage des smartphones pour jouer est à prendre en considération.



La règle d'or

Parier, ce n'est pas rien ! Un jeu pouvant paraître anodin est potentiellement addictif. Les paris mobiles offrent un environnement solitaire et semblent faciliter les jeux d'argent plus risqués.

Il faut se méfier des techniques des opérateurs de jeux qui rendent le jeu très désirable, mais cachent ses dangers et ses conséquences. Il n'y a pas d'expertise du jeu, ce n'est qu'une illusion.

Le hasard gagne toujours.

Source : Campagne Santé publique France 2022.

des **18-75 ans** pratiquent un JAH au moins une fois par semaine.

38,9 % des jeunes de 17 ans déclarent une pratique de jeu.

En France, environ **0,5 %** de la population générale est atteinte de troubles liés aux JAH.

2 300 personnes prises en charge en centres d'addictologie pour une addiction au jeu, dont **50,3 %** y jouent quotidiennement.

Source : Données Baromètre Santé 2019, Tendances OFDT, 2020, Enquête ESCAPAD 2017, Drogues et Addictions Chiffres clés OFDT 2022.

Ce qui doit vous alerter

Chez le jeune comme chez l'adulte, soyez attentif aux signes suivants :

- Jouer partout et à tout moment.
- Jouer sur plusieurs sites en même temps.
- Jouer seul, loin du regard des autres (perte de temps et d'argent).
- Dépenses en décalage avec ses revenus.
- Euphorie, excitation.
- Irritabilité, intolérance à la frustration.
- Tristesse, anxiété.
- Troubles du sommeil (insomnie).
- Baisse des résultats scolaires/de l'efficacité au travail, et manque de motivation.
- Changement de comportement (isolement, absentéisme).

Les principales manifestations de l'addiction peuvent se traduire par les 5C, sur au moins une année :

- **Contrôle** (perte de contrôle).
- **Compulsion** (usage compulsif de cannabis).
- **Craving** (envie irrépressible de fumer).
- **Consommation continue** (consommation quotidienne).
- **Conséquences** sur la santé physique, psychologique, sociale.

Quels effets sur la santé ?

Pour tous les JAH, il existe un potentiel engrenage marqué par trois grandes phases :



La première phase est le gain plus ou moins important. Tous les joueurs problématiques ont à un moment donné remporté la partie. Ce gain marquant est la première accroche avec le jeu.



La seconde phase est la perte avec l'espoir de se refaire. Vouloir se refaire est un mécanisme caractéristique de l'addiction au JAH.



La dernière phase est le désespoir avec tristesse, anxiété, idées suicidaires.

La personne addictive a besoin de jouer des **sommes d'argent croissantes** pour atteindre l'état d'excitation désiré, et est irritable ou agitée quand elle ne peut pas jouer ou est stoppée dans son activité. Elle a déjà essayé de manière infructueuse de **contrôler, de réduire ou d'arrêter de jouer**. Elle est préoccupée de façon **obsédante**, ne cesse de revivre des expériences de jeu passées, à **planifier** un épisode de jeu.

Elle pense aux **différents moyens** de pouvoir **gagner de l'argent**, ainsi qu'aux personnes avec lesquelles elle pourrait jouer. Elle utilise le jeu comme **tranquillisant** ou comme **antidépresseur** pour lutter contre la **tristesse**, l'**angoisse**, la **culpabilité** par exemple. Après avoir perdu de l'argent, elle retourne jouer pour se refaire. Elle peut aussi **mentir** pour dissimuler son activité de jeu. Le joueur **emprunte** de l'argent pour remédier aux situations financières **désespérantes** induites par son **comportement excessif**.

Il existe un certain nombre de conséquences qui peuvent être dramatiques :

- Elles sont marquées par des **troubles du sommeil**, du **comportement alimentaire**, la **consommation de drogues**, des **complications cardiaques** (troubles du rythme cardiaque, infarctus).
- **Complications psychiatriques** telles que la **dépression** et l'**anxiété**.
- **Complications sociales** (absentéisme, retard, arrêts de travail, moins de relations de couple ou de vie de famille, séparation, divorce).
- **Complications financières** (argent emprunté, argent non rendu, crédits multiples à la consommation, surendettement, arnaques financières, etc.).
- **Complications juridiques** (arnaques, vols, usurpation d'identité, etc.).

Les **conséquences** de cette addiction sont également très importantes sur l'**entourage proche** du joueur.

Bon à savoir

On ne guérit jamais complètement d'une addiction, d'où la nécessité de se faire accompagner sur le long terme. Il faut parler de rémission comme dans toutes les maladies chroniques. Les faux pas sont possibles et ce n'est pas grave. Le risque de rechute - qui augmente avec la survenue d'événements difficiles/douloureux qui rendent l'addict plus vulnérable - fait partie du processus de rémission.

Côté soins

L'addiction aux JAH se soigne par :



Une prise en charge médicale addictologique.



Des entretiens visant à motiver la personne à changer de comportement.



Des médicaments visant à traiter l'anxiété, les troubles du sommeil, sachant qu'il n'existe pas de traitement médicamenteux spécifique pour les JAH.



Une prise en charge psychologique, avec de la thérapie cognitive et comportementale visant à prévenir la rechute (maintenir l'abstinence).



La recherche et le traitement psychologique des racines du problème addictif.



Le traitement de maladies psychiatriques et physiques possiblement associées.



Le traitement d'autres addictions fréquemment associées (tabac, alcool...).

Contacts utiles

- **Joueurs Infos Service** (09 74 75 13 13). Écoute, groupe de paroles, tchat et forums, y compris pour aider l'entourage. www.joueurs-info-service.fr
- Groupe de paroles « **Gamblers Anonymous** » www.gamblersanonymous.org
- **SOS Addictions** (06 01 43 31 94) www.sos-addictions.org
- Médecin de famille, psychologues cliniciens, pharmaciens, infirmiers en pratique avancée, éducateurs spécialisés, etc. : ces professionnels de la santé dispensent des conseils personnalisés selon la situation.
- **Les Consultations Jeunes Consommateurs (CJC)**, qui assurent des prises en charge dans chaque département.
- **Les Centres de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie (CSAPA)**, les services hospitaliers d'addictologie. www.intervenir-addictions.fr
- **Association France Patients Experts en Addictologie (FPEA)** regroupant d'anciens addicts qui peuvent témoigner et encourager la personne à se faire accompagner.

Jouer avec excès comporte des risques.

Allianz IARD - Société anonyme au capital de 991 967 200 euros - Entreprise régie par le Code des assurances - Siège social : 1 cours Michelet - CS 30051 - 92076 Paris La Défense Cedex - 542 110 291 R.C.S. Nanterre.

Document à usage interne, ne pas jeter sur la voie publique.

Pour bien faire

Voici quelques conseils pour vous aider à accompagner au mieux votre proche souffrant d'une addiction aux JAH :



Qu'il soit adulte ou adolescent, maintenez le contact avec votre proche et favorisez le dialogue dans un climat de confiance, sans le juger. Il a besoin d'être écouté et d'un soutien indéfectible.

À savoir : la culpabilité, la honte, la dévalorisation ont un effet catastrophique et contre-productif sur le malade, qui ne feront que renforcer le cercle vicieux de la maladie et de la consommation.

« Tu n'es pas responsable de ta maladie, mais tu es responsable de ton rétablissement. » »

Et vous, où en êtes-vous ?

Questionnaire **Lie-Bet** en Oui/Non.

Les deux items de ce test correspondent au besoin de jouer avec des sommes d'argent croissantes (« bet », parier en anglais) et au mensonge (en anglais, « lie »).

1 - Avez-vous déjà dû mentir à des personnes proches concernant votre comportement relatif aux jeux d'argent ?

2 - Avez-vous déjà senti le besoin de miser toujours plus d'argent ?

Si vous répondez positivement à l'une de ces questions, il est recommandé de consulter un spécialiste en addictologie.

Pour aller plus loin

Le sujet des addictions vous intéresse ? Vous-même ou l'un de vos proches êtes directement concerné ?

Retrouvez notre conférence **en ligne** « Changer de regard sur l'addiction : l'essentiel à savoir pour comprendre, agir et prévenir », qui répondra à vos principales questions et vous apportera de précieux conseils pour faire face à ce problème.

