

Notre rapport à la maladie
est souvent compliqué,
et toutes les mauvaises
raisons sont bonnes pour
s'arranger avec la vérité.

Santé

Pourquoi on ment à son médecin

Comportement | Peur de l'inquiéter ?
Honte de nos infections ? Crainte de la maladie ?
Il nous est arrivé à tous de mentir à notre
médecin. Comment et pourquoi ? Enquête et
conseils pour éviter de tromper quelqu'un
qui ne nous veut que du bien. PAR CÉLINE DUFRANC

« **T**ous les patients mentent, ou plutôt arrangent la réalité, affirme l'écrivain et médecin Martin Winckler¹. De 7 à 77 ans. Ce qui ne nous empêche évidemment pas de les soigner, à partir du moment où l'on ne s'attache pas à la vérité factuelle, car ce qui compte, c'est la vérité symbolique ou affective. Mais la vraie question est : pourquoi mentent-ils ? Parce que, bien souvent, ils placent le médecin au-dessus de tout. C'est un peu le grand sorcier qui sait des choses sur votre vie, sur votre mort, que vous ignorez. Un juge aussi, parce qu'il se comporte souvent comme tel. » Mis à nu, les patients ne se sentent pas en

sécurité face au médecin et se prémunissent, ce qui induit des comportements de simulation et de mensonge, décrypte Martin Winckler. « Alors que, en réalité, le médecin ne devrait être que l'instrument thérapeutique qui aide à moins souffrir », précise-t-il.

« Pour éviter les malentendus et les erreurs de diagnostic, c'est à lui de – bien – faire son boulot », insiste Gérard Salama, gynécologue, en faisant en sorte que tout soit racontable. Pour y parvenir, la clé est la relation de confiance. Sans oublier le tact, « qui nécessite une formation² », souligne Sandrine Buscail, médecin ►

► généraliste, experte en éducation thérapeutique du patient. Écouter, peser chacun de ses mots, partager le savoir, les doutes, les émotions, les failles, hocher simplement la tête, tenir la main, être là... Et si le bon médecin était celui qui nous donne envie de parler vrai ? En attendant, nous mentons. Voici les cinq raisons principales qui nous y poussent.

PAR AFFECTION

À force de « fréquenter » le même médecin de famille que nos parents avant nous et nos grands-parents encore avant, c'est presque une histoire d'amour qui se joue avec lui. C'est ce qui pousse Vincent, 40 ans, à ne pas dire à sa généraliste qu'il voit un ostéopathe pour sa cervicalgie et continue de se faire prescrire des anti-inflammatoires à gogo. Alors qu'il serait tellement plus simple de reconnaître qu'il va mieux !

Tant qu'il s'agit du domaine des manipulations douces, des massages, etc., il n'y a pas péril en la demeure. Mais il en est autrement des interactions entre traitements allopathiques classiques et compléments alimentaires, plantes, huiles essentielles... « Ce n'est pas parce que c'est naturel que c'est inoffensif », rappelle Bérengère Arnal-Schnebelen³, gynécologue obstétricienne. Elle recommande d'en parler au médecin ou au pharmacien, et de ne pas

faire comme les 61,5 % des patients américains qui préfèrent se taire⁴ et s'étonnent ensuite de se retrouver à l'hôpital. « Tout cela parce qu'ils nous aiment. Ils essaient de nous protéger de leur "infidélité" par crainte de nous blesser ou de nous trahir », remarque Sandrine Buscaïl. D'autres agissent ainsi parce qu'ils pensent que leur médecin ne peut pas les entendre ni les comprendre. Telle Françoise, 58 ans, atteinte d'un cancer du sein, qui voit un homéopathe pour atténuer les effets secondaires de sa chimio, sans le dire à son médecin traitant...

PAR HONTE

Difficile d'avouer ses mycoses, dermatites, infections et autres petits problèmes qui relèvent de l'intime sans crainte de s'exposer au jugement dernier. Pourtant, « nous sommes là pour tout entendre, signale Gérard Salama. Rien ne sortira du cabinet. Il ne faut pas courir le risque, en se taisant, de voir sa fertilité diminuer alors qu'il suffit le plus souvent d'une antibiothérapie ou d'un ovule anti-infectieux pour régler le problème. » « D'autant que nous sommes soumis au secret médical », ajoute Sandrine Buscaïl. Et Martin Winckler de réaffirmer qu'un cabinet médical n'est pas un tribunal et que la pudeur et la hantise d'être sermonné doivent rester dans la salle d'attente. Aux femmes de surmonter cette appréhension et d'avouer que, en dépit d'une grossesse peu visible, elles ont tendance à boire un peu pour se détendre.

Idem pour le tabac et la pilule, qui ne font pas bon ménage non plus. Ce n'est pas la peine d'avouer trois cigarettes par-ci par-là à son gynéco préféré si le paquet y passe tous les jours. Au pire, il rappellera quelques vérités, au mieux il prescrira une contraception plus adaptée. « Un traitement peut et doit se négocier avec son médecin », déclare Sandrine Buscaïl.

PAR PEUR

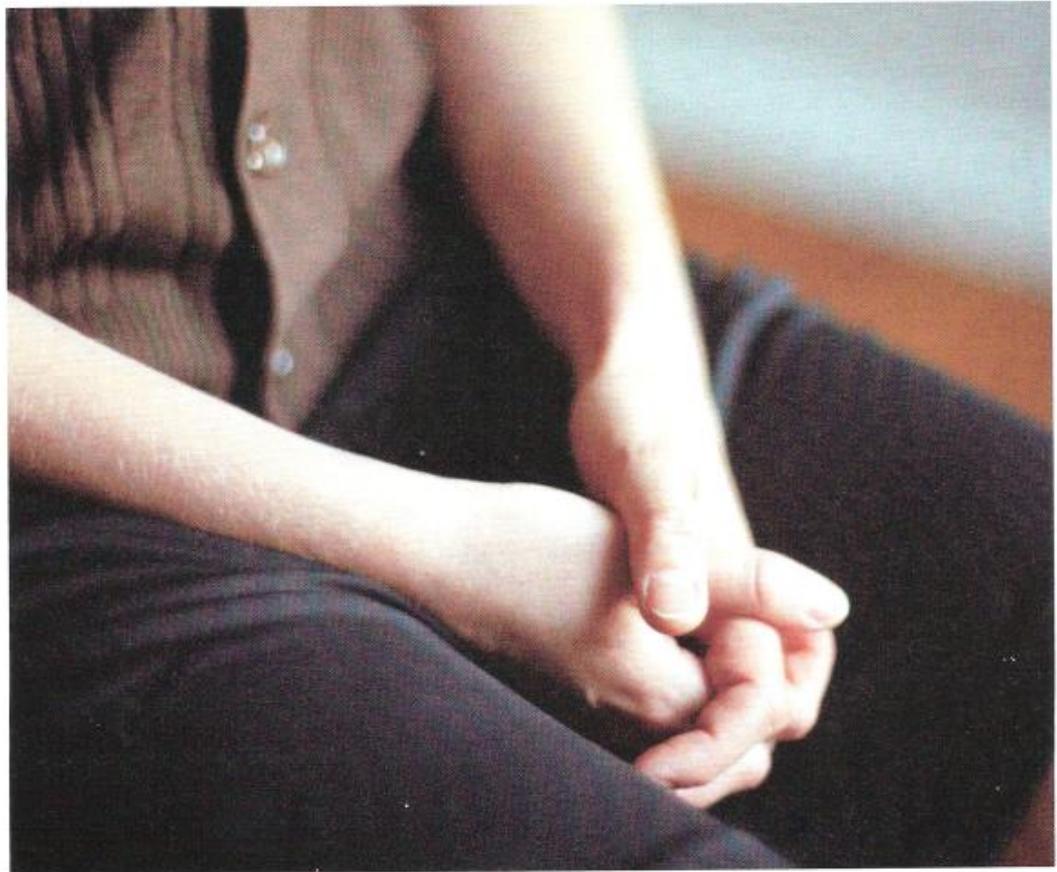
Quasi animale, la peur ne se maîtrise pas. C'est elle qui nous pousse à pratiquer la politique de l'autruche. Ainsi Maria, 59 ans, terrorisée à l'idée qu'on lui trouve un cancer du sein ou du col de l'utérus, n'a pas mis les pieds chez le gynécologue depuis la naissance de son « petit » dernier, qui a tout de même aujourd'hui 35 ans. Elle fait croire à son généraliste et à son mari qu'elle fait des mammographies régulièrement. « Ce genre de cas n'a malheureusement rien ►

Sur le divan : rien que la vérité

S'il arrive que, pour tester le savoir du psychanalyste, un patient fabule lors des premiers entretiens, il sera la première victime de ses mensonges : faute d'une parole vraie, aucun mieux-être ne survient et il se sent frustré. D'ailleurs, affirme le psychanalyste Jacques-Alain Miller¹, « en analyse, on vient pour cesser de mentir à son papa, à sa maman, à son amoureux, à sa maîtresse, à son médecin, et surtout à soi-même ». Il s'agit d'affronter enfin ses difficultés, ses impasses et ses peurs sans se voiler la face. Pas de thérapie sans cet effort pour se confronter à ces vérités qui dérangent. Si le patient « ment » sur le divan, c'est dans le sens où il croit connaître ses désirs et la cause de ses problèmes, alors que leur sens véritable, dissimulé dans l'inconscient, lui échappe.

ISABELLE TAUBES

1. Rattaché à l'École de la cause freudienne.



Le médecin est là pour nous écouter, nous aider, nous soigner, pas pour nous juger ni nous gronder.

► d'exceptionnel, regrette Gérard Salama. L'une de mes patientes a fini par venir me voir avec une tumeur au sein de huit centimètres qu'elle cachait pour ne pas faire peur à sa fille. » Ce n'est pourtant pas faute de répéter que l'amélioration du diagnostic du cancer du sein passe par le dépistage précoce.

C'est la peur du résultat qui empêche Fanny, 25 ans, de faire un test VIH et d'avouer à son médecin qu'elle a eu un rapport non protégé. Carton rouge ! Car non seulement la peur est mauvaise conseillère mais, dans certains cas, quand elle paralyse et empêche d'agir, elle peut mettre la santé en jeu et la vie en danger. « S'il est difficile d'en parler à son interlocuteur habituel, il faut se tourner vers un autre professionnel de santé, un service hospitalier ou un planning familial », conseille Sandrine Buscail, qui rappelle qu'il faut agir et le plus vite possible. En cas de risque de transmission du VIH, il existe un traitement antirétroviral à prendre dans les quarante-huit

heures. Et, en cas d'oubli de pilule, celle du lendemain se prend dans les soixante-douze heures après le rapport (sans ordonnance) et le stérilet d'urgence dans les huit jours.

PAR INTÉRÊT

Mentir pour obtenir un médicament, les médecins connaissent bien. « S'il y a un cabinet où le mensonge est roi, c'est bien celui du gynéco ! lance Gérard Salama, qui en a fait un livre⁵. Mentir sur son âge pour ne pas, par exemple, faire partie de la catégorie des femmes ménopausées, c'est de la coquetterie. Mais lorsqu'elles vont trop loin, je dis stop. »

Chaque année en effet, au mois de mars, les cabinets des médecins sont envahis par des cohortes de femmes victimes de « rétention d'eau » ou « excessivement déprimées » ! But du jeu ? Obtenir des diurétiques pour perdre leurs petites bouées d'amour ou du Prozac parce qu'elles ont lu quelque part que ça faisait maigrir. « Ça

engendre des problèmes hépatiques, cardiaques et thyroïdiens à long terme », remarque Gérard Salama. Mais comment y mettre un terme quand on sait que, bien souvent, les patients ont un ami d'ami... pharmacien qui les dépannera ou qu'ils se tournent vers Internet?

POUR ATTIRER L'ATTENTION

Qui n'a pas, un jour, fait semblant d'être malade pour ne pas aller à l'école? Emmanuelle, 39 ans, n'en revient toujours pas d'avoir abusé de la crédulité de son vieux médecin de famille lorsqu'elle avait 12 ans : « J'ai simulé des maux de ventre pour être opérée de l'appendicite en même temps qu'une amie. » C'est grave, docteur? « Ces plaintes à répétition peuvent servir à obtenir des bénéfices secondaires comme attirer l'attention, éviter une corvée ou reprendre sa place au sein de la famille », indique Sandrine Buscail. « Attention tout de même! met en garde Pierrick Hordé⁶, allergologue. Poussé à l'extrême, cela peut cacher un syndrome de Münchhausen, rarissime et souvent insoupçonnable. Les victimes de cette pathologie simulent les symptômes d'une maladie afin d'attirer l'attention du corps médical et se faire prescrire ce qu'elles souhaitent. Quand elles sentent que leur interlocuteur a compris leur stratagème, elles changent de médecin. »

Que celles et ceux qui ont déjà été pris en flagrant délit de mensonge se le disent, leur attitude est d'autant plus dommageable que, pour poser son diagnostic et prescrire un traitement adapté, un médecin a besoin de connaître la vérité. Toute la vérité et rien que la vérité. Quand on sait qu'en moyenne une consultation ne dure pas plus de dix minutes, autant aller droit au but. Sans fioritures ni fausse pudeur. **C.D.** ●

1. Martin Winckler, auteur de *La Maladie de Sachs* (Gallimard, "Folio", 2005).

2. Formation validée par un diplôme universitaire (DU) de communication médicale.

3. Bérengère Arnal-Schnebelen, responsable du DU de phytothérapie à l'université de Paris-XIII.

4. In « Actualités reproduction humaine », *The Lancet*, 2000.

5. *Confidences d'un gynécologue* de Gérard Salama, avec Nathalie Demarta (J'ai lu, 2006).

6. Pierrick Hordé, auteur de *Patients, tout ce qu'on vous cache* (Flammarion, 2006).

@ Vos mensonges

Quels sont vos arrangements avec la vérité? Racontez-les sur le forum « Petits et gros mensonges » sur psychologies.com