

---

## MODULE 6

# Médecine traditionnelle et guérisseurs

---

### **Objectifs d'apprentissage**

Après avoir étudié ce module, vous devriez pouvoir :

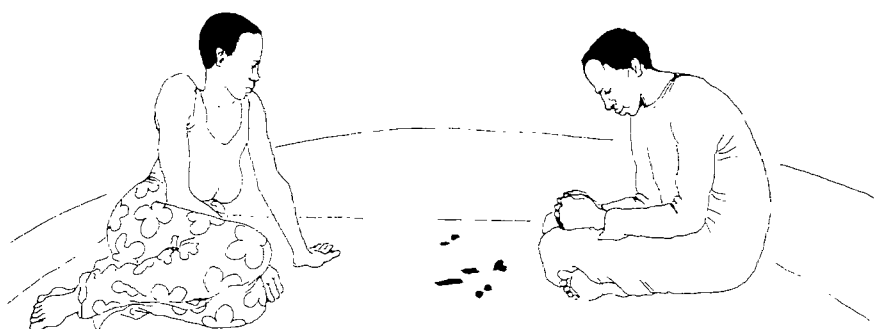
1. Reconnaître les divers types de praticiens traditionnels avec lesquels vous serez peut-être appelé à travailler.
  2. Instaurer des liens de coopération avec des praticiens traditionnels.
  3. Choisir les praticiens traditionnels qui travailleront avec vous.
  4. Déconseiller le recours aux charlatans et les pratiques traditionnelles dangereuses.
  5. Encourager le traitement traditionnel des malades mentaux s'il est utile et le déconseiller s'il est nuisible ou dangereux.
- 

La plupart des réfugiés et des populations déplacées viennent de régions où la majorité des gens utilisent encore la médecine traditionnelle et où rares sont ceux qui ont accès à la médecine scientifique. La plupart des réfugiés n'ont jamais subi un examen médical ni pris de médicaments modernes. Ils ont souvent peur d'être soignés d'une manière à laquelle ils ne sont pas habitués. Souvent, ces personnes se font une idée fautive de la médecine occidentale. Ainsi, lorsqu'un enfant qui a été vacciné trop tard contre la rougeole contracte cette maladie et en meurt, certains peuvent penser que c'est le vaccin qui a tué l'enfant. En pareil cas, ils s'opposeront avec force à toute autre vaccination.

Nombreux sont ceux qui préfèrent être soignés par leurs guérisseurs traditionnels d'une manière qui leur est familière que d'aller à l'hôpital. Mais si certaines maladies peuvent être soignées de façon traditionnelle, d'autres ne peuvent guérir que grâce à la médecine scientifique. Il n'est pas raisonnable de lutter contre les guérisseurs traditionnels parce que la plupart des gens ont confiance en eux et s'adressent à eux pour des conseils ou des soins. La meilleure façon d'aider les gens est de coopérer avec les guérisseurs et non de

s'en faire des ennemis. Les guérisseurs vous feront confiance si vous leur faites confiance. Et les personnes que vous voulez aider auront davantage confiance en vous si leurs guérisseurs ont confiance en vous. Ils vous accepteront plus volontiers si vous coopérez avec leurs guérisseurs.

Si vous travaillez en relation étroite avec des guérisseurs, vous verrez qu'ils réussissent à soigner de nombreux problèmes et de nombreuses maladies. Ils parviennent souvent à soulager la douleur physique ou mentale mais ils ne sont pas capables de résoudre tous les problèmes. Parfois la médecine scientifique peut aider là où ils échouent. Cherchez ensemble le meilleur moyen d'aider les gens.



### **Les guérisseurs traditionnels réussissent souvent à soulager les souffrances physiques et mentales**

Souvenez-vous que la plupart des réfugiés et des personnes déplacées retourneront un jour dans leur foyer. Ils ne pourront plus alors bénéficier de l'aide de la médecine scientifique. A l'avenir, ils devront peut-être s'en remettre aux guérisseurs traditionnels.

### **Les différents types de praticiens traditionnels**

Chaque société a différents types de guérisseurs. Il en existe en général six sortes, outre les accoucheuses traditionnelles qui mettent les bébés au monde et donnent des conseils sur les soins à la mère et à l'enfant. Les six grands types de guérisseurs traditionnels sont décrits ici bien que certains puissent utiliser des méthodes propres à plusieurs catégories.

- Certains guérisseurs écoutent d'abord les gens décrire leurs troubles puis ils leur posent des questions sur leurs symptômes. Ils prescrivent ensuite un remède à base de plantes ou d'autres substances ou administrent d'autres types de traitements physiques. Bien qu'ils ne fassent pas d'examen physique, ces guérisseurs travaillent d'une façon comparable aux médecins. Leur collaboration peut être utile.

- D'autres guérisseurs recherchent la nature de la maladie et la façon de la guérir par la méditation ou la transe pour obtenir le conseil d'une divinité ou d'un esprit. Ils prétendent que leurs connaissances sont d'origine divine. Le traitement pourra être un certain type de plante, à récolter dans des circonstances particulières. Il pourra s'agir aussi d'une offrande à un esprit ou un dieu particulier, ou d'un régime alimentaire spécial. Ces guérisseurs prédisent comment la maladie évoluera et ce qui arrivera au malade. Il ne sera peut-être pas facile de travailler avec ces guérisseurs parce que leur place dans une équipe de santé moderne n'est pas évidente, mais vous pouvez essayer. Quoi qu'il en soit, restez en bons termes avec eux et n'empêchez pas les gens de demander leur aide.
- Dans certaines cultures, les gens croient que chacun a un nombre donné d'âmes. Ces âmes peuvent quitter le corps et errer alentour, surtout la nuit quand les gens rêvent. Une âme peut se perdre et être incapable de retrouver son chemin, et c'est pourquoi une personne tombe malade. Une personne douée de pouvoirs spéciaux, appelée «shaman» dans certaines cultures, essaiera de trouver l'âme et de la restituer au corps de la personne malade. Le shaman entre souvent en transe. Le rituel peut durer plusieurs heures ou plusieurs jours. D'ordinaire, les shamans pratiquent dans la maison de la personne qui a demandé leur aide ou dans leur propre habitation. Ils peuvent aussi être autorisés à pratiquer dans une salle d'hôpital. Cela peut être une bonne chose dans la mesure où la personne qui demande leur aide n'a pas besoin de quitter l'hôpital.
- Certains guérisseurs soignent par la magie car les maladies, pour eux, sont d'origine surnaturelle. Ils pensent que les maladies sont provoquées par des esprits qui ont été offensés et veulent se venger, ou par les mauvais esprits envoyés par d'autres personnes. Certaines personnes croient qu'un esprit peut être introduit dans le corps d'une autre personne par la magie noire. Elles croient que cet esprit peut créer des problèmes physiques ou mentaux. Les guérisseurs qui utilisent la magie posent leur diagnostic de manières très diverses. Selon la personne qui demande leur aide et la culture, les guérisseurs recourent à des rituels très différents pour faire échec à la magie noire. Certains rituels peuvent être utiles contre les souffrances psychologiques. Il est possible que vous réussissiez à travailler avec ces guérisseurs. Ils peuvent aider à résoudre nombre de problèmes psychologiques et peuvent soigner certains troubles mentaux.
- Les personnes qui se sentent malades ou qui sont mal dans leur peau ou dans leur esprit peuvent consulter des voyants. Les voyants donnent des conseils et disent généralement le temps qu'une personne mettra à se rétablir. Cela peut aider les gens à garder espoir lorsque la vie est difficile mais cela peut aussi aggraver les choses si les gens apprennent qu'ils ne guériront jamais. Les voyants recourent à différents moyens pour découvrir ce qui se passe et ce qui va se passer. Parfois même ils entrent en transe.

Vous aurez peut-être du mal à travailler avec des voyants parce qu'il est difficile de savoir ce qu'ils vont dire aux gens, mais dans l'ensemble, ils ne sont probablement pas nuisibles. Les gens croient ce qu'ils veulent ou ce qu'ils ont besoin de croire. Vous pouvez essayer de travailler avec eux, même si cela est frustrant. N'empêchez personne de les consulter.

- Des praticiens traditionnels - hommes et femmes - et des accoucheuses traditionnelles se spécialisent dans les massages traditionnels. Ces massages sont d'ordinaire concentrés sur les artères, les veines, les nerfs, les articulations et certaines autres parties du corps de préférence aux muscles. Les guérisseurs se servent de leurs doigts et de leur pouce, et parfois aussi de leurs pieds, et ils exercent une forte pression. Cela peut aider à soulager la douleur et la tension mais les effets ne sont pas toujours durables.

Les masseurs experts peuvent être très utiles pour soigner les maux de tête ou les migraines et parfois les douleurs corporelles. De nombreuses personnes se plaignent de douleurs dans une certaine partie du corps alors que la douleur n'a aucune base physique. Elles souffrent dans leur esprit mais ressentent la douleur dans leur corps. Elles se sentent souvent mieux après un massage traditionnel. (Se reporter au Module 1 pour davantage d'explications de la douleur physique due à des difficultés sociales ou émotionnelles.)

### **Comment instaurer des liens de coopération avec des praticiens traditionnels**

- *Montrez aux guérisseurs que vous les respectez.* Les guérisseurs traditionnels sont respectés par la population. Si vous ne les respectez pas, ils se sentiront offensés et vous ne pourrez pas compter sur leur entière coopération. Si les gens voient que vous respectez leurs guérisseurs, ils comprendront qu'il vous importe de vous insérer dans leur société. De cette façon, vous gagnerez respect et crédibilité.

N'essayez pas de prouver que la médecine scientifique est supérieure à la médecine traditionnelle. Médecine traditionnelle et médecine scientifique se complètent; elles ne sont pas concurrentes. L'une donne parfois de meilleurs résultats que l'autre. Parfois les résultats se valent. Dans certains cas, il est utile d'y recourir simultanément. De nombreuses personnes se sentent beaucoup mieux dès lors que rien n'est négligé pour leur rétablissement.

Vous aurez probablement du mal à persuader les guérisseurs traditionnels et les tenants de la médecine scientifique d'utiliser les deux types de médecine en même temps. Ils diront qu'ils craignent qu'elles se contrarient l'une l'autre. Dites-leur qu'il est préférable d'essayer que d'avoir peur sans raison valable.

- *Ne défiez pas les guérisseurs traditionnels.* Lorsque vous les rencontrez pour la première fois, de nombreux guérisseurs vous diront qu'ils soignent toutes sortes de maladies, spécialement certaines pour lesquelles il n'existe pas de traitement connu. Ne discutez pas. Ne leur dites pas que cela est impossible ou qu'ils mentent. Vous les offenseriez et les obligeriez peut-être à prendre des risques pour prouver l'efficacité de leur traitement. Écoutez-les. Si vous avez la bonne attitude, ils cesseront de vous parler ainsi lorsqu'ils vous connaîtront mieux.
- *Soyez humble et tolérant.* Si vous avez une formation en médecine scientifique, reconnaissez qu'elle a ses limites. Elle ne peut pas soigner toutes les maladies. Les guérisseurs traditionnels reconnaîtront plus facilement ce qu'ils peuvent et ne peuvent pas faire, sans risquer de perdre la face, si vous admettez le premier que la médecine scientifique est parfois impuissante. Les deux types de médecine ayant leurs points forts, il est sage de coopérer.
- *Sachez distinguer entre guérisseurs traditionnels authentiques et charlatans.* Les « charlatans » sont des personnes sans scrupules qui s'y connaissent peut-être un peu en médecine traditionnelle mais qui ne sont pas des guérisseurs. Ils recourent souvent au spectaculaire, qui suscite la controverse, pour devenir célèbres et s'enrichir. Ils peuvent être très dangereux pour les personnes qui les consultent et ils font une mauvaise réputation à la médecine traditionnelle. Assurez-vous que vous travaillez avec de véritables guérisseurs et non avec des charlatans. Apportez votre soutien aux guérisseurs authentiques et dénoncez les charlatans aux autorités s'ils mettent en danger la santé des personnes qu'ils soignent.

### **Comment choisir les guérisseurs traditionnels qui travailleront avec vous**

Les médecins, les infirmières et les missionnaires ont souvent combattu les guérisseurs traditionnels et essayé de mettre fin à leurs pratiques. C'est pourquoi les gens dans la communauté des réfugiés vous diront peut-être qu'il n'y a pas de guérisseurs parmi eux. Ils voudront protéger leurs guérisseurs. Les guérisseurs aussi auront peur de vous parler. Rassurez-les en leur disant que vous ne souhaitez pas les empêcher de travailler parmi les leurs.

- Expliquez aux chefs de la communauté et à la population pourquoi vous souhaitez coopérer avec les guérisseurs traditionnels. Faites-leur part de vos intentions. Dites que vous voulez aider les guérisseurs afin qu'ils puissent utiliser leurs compétences pour soigner les gens. Dites que pour vous la médecine traditionnelle et la médecine scientifique sont valables et qu'elles peuvent coexister.
- Demandez à rencontrer plusieurs guérisseurs, pas seulement un. Parlez-leur de vos plans et de la façon dont vous aimeriez travailler avec eux. Écoutez

leurs idées. Montrez-leur toujours que leur travail vous paraît important et que vous les respectez.

- Ne travaillez pas avec un seul guérisseur. Faites en sorte qu'ils soient toujours plusieurs à travailler avec vous. Le risque, si vous travaillez avec un seul, est qu'il s'agisse d'un charlatan qui ne recherche que le pouvoir et la renommée. Même un guérisseur authentique peut devenir trop fier et prendre des risques pour en tirer plus de gloire. Et les autres guérisseurs, qui deviendront probablement jaloux, pourront essayer de détruire la réputation du guérisseur que vous aurez choisi auprès de la population.

Plusieurs guérisseurs travaillant en groupe pourront surveiller leurs activités respectives. Si l'un d'eux essaie de faire quelque chose qui risque de nuire à la réputation du groupe, les autres l'en empêcheront probablement.

- Insistez toujours pour que les guérisseurs s'acquittent de leur rôle de façon responsable. Cela signifie non seulement s'occuper des gens du mieux possible. Les guérisseurs doivent aussi donner à d'autres - spécialement aux médecins et aux infirmières - une bonne image de leur médecine et d'eux-mêmes. Pour cette raison, ils ne doivent pas prendre de risques en traitant des gens qui sont très malades ou que la maladie met en danger. Expliquez aux guérisseurs qu'il est préférable d'envoyer les gens qui sont extrêmement malades voir un médecin, si possible. Dites que si une personne meurt dans un hôpital les gens penseront que le décès est le résultat de la maladie. Mais si la personne était traitée par des guérisseurs traditionnels, les médecins diront que les guérisseurs sont fautifs. Soulignez que cela nuirait à leur réputation.

### **Que faire en ce qui concerne les charlatans et les pratiques traditionnelles dangereuses**

Si vous remarquez qu'un guérisseur fait des choses dangereuses qui peuvent être nuisibles, essayez d'abord de savoir s'il s'agit de pratiques traditionnelles authentiques ou simplement d'une méthode particulière à un charlatan. Demandez aux autres guérisseurs ce qu'ils pensent de ces pratiques. Les utilisent-ils eux-mêmes? Sinon, pourquoi ne les utilisent-ils pas? Demandez-leur aussi si ces pratiques sont couramment utilisées par d'autres guérisseurs. Cela vous aidera à savoir si ces pratiques sont simplement le fait d'un charlatan ou si elles sont courantes dans la médecine traditionnelle.

### **Charlatans**

Les guérisseurs traditionnels authentiques ne défendront pas et ne soutiendront pas les charlatans, surtout si vous soulignez que les charlatans nuisent à la réputation de tous les bons guérisseurs et de la médecine traditionnelle. Décidez avec eux ce qui peut être fait pour obliger les charlatans à interrompre

leurs pratiques dangereuses. Les bons guérisseurs ne sauront peut-être pas ce qu'il convient de faire mais, au moins, ils comprendront que vous voulez les protéger eux et leur médecine en vous opposant aux charlatans.

Parlez de ce problème avec les chefs et les autorités du camp. Vous constaterez peut-être que même les chefs craignent de prendre des mesures bien qu'ils comprennent que les charlatans font des choses dangereuses auxquelles il convient de mettre fin. Les gens ont souvent peur des charlatans parce que ceux-ci prétendent avoir des pouvoirs magiques. Ils ne veulent pas s'en faire des ennemis. Ils redoutent que les charlatans veuillent se venger et les rendent malades ou les fassent mourir.

Informez les responsables des organisations chargées de la protection des réfugiés et des personnes déplacées (HCR ou Comité international de la Croix-Rouge, par exemple). Ils devraient prendre les mesures nécessaires si la sécurité des gens est menacée.

### ***Pratiques traditionnelles dangereuses ou sujettes à controverse***

Parfois, un traitement qui est couramment pratiqué par les guérisseurs, pas seulement par les charlatans, peut être controversé ou dangereux. Parlez si possible de ces traitements avec les agents de santé principaux ou les administrateurs du camp. Les traitements, par exemple, qui consistent à brûler ou à inciser la peau, ou à envelopper un bébé qui a une forte fièvre dans des couvertures chaudes et à lui mettre des vêtements supplémentaires sont dangereux.

Un autre aspect à prendre en compte dans la médecine traditionnelle est son coût. Les gens qui vont voir un guérisseur peuvent avoir désespérément besoin d'aide, soit pour eux-mêmes soit pour un membre de leur famille. Ils peuvent être prêts à dépenser n'importe quelle somme pour obtenir de l'aide. Certains guérisseurs, en particulier les charlatans, peuvent exploiter la situation et exiger d'importantes sommes d'argent en paiement de leurs services. Avant d'accepter de travailler avec un guérisseur traditionnel, tâchez de savoir combien il demande à ses clients.

### **Médecine traditionnelle et malades mentaux**

Certains types de maladies mentales sont très évidents. Les personnes atteintes de ces maladies peuvent être agitées, apeurées, prononcer des paroles qui n'ont pas de sens ou entendre des voix imaginaires. Elles peuvent rire et chanter souvent et dormir très peu.

Parfois, la maladie mentale est une dépression. Les personnes déprimées sont très tristes, pensent qu'elles ne valent rien, n'ont aucun espoir et veulent peut-être se supprimer. Ces symptômes disparaissent parfois sans traitement en quelques mois. Ils peuvent aussi subsister beaucoup plus longtemps et il y a

toujours le risque qu'une personne déprimée se suicide. Même après de longues périodes de rétablissement, les gens peuvent être à nouveau déprimés. Cela est décrit plus en détail dans le Module 4, page 47.

Il est douteux que ces personnes - atteintes de psychoses telles que la schizophrénie ou une dépression grave - puissent être guéries par des guérisseurs traditionnels. Mais si les guérisseurs sont des gens honnêtes qui traitent ceux qui les consultent avec gentillesse et humanité, il n'y a pas lieu de s'inquiéter. Laissez-les essayer. Ils peuvent peut-être aider ceux qui viennent les voir, même s'ils ne réussissent pas à les guérir. Après tout, il existe des maladies mentales qui disparaissent sans traitement. Les guérisseurs traditionnels peuvent avoir un effet positif sur la santé mentale d'une personne. Cependant, pour la plupart des malades mentaux, le mieux est d'être soigné avec des médicaments parallèlement à un traitement traditionnel. Les personnes soignées à la fois par un guérisseur et par la médecine scientifique ont plus de chances de se rétablir que celles qui ne sont traitées que par les médicaments. Assurez-vous que le traitement traditionnel est acceptable et qu'il ne fait pas souffrir les gens et ne les effraie pas.

La plupart des guérisseurs traditionnels reconnaissent qu'ils ne peuvent pas soigner les maladies mentales mais certains prétendent qu'ils en sont capables. Faites attention. Il est probable que les guérisseurs qui prétendent cela sont honnêtes et bons et qu'ils croient avoir guéri des gens qui se sont rétablis d'eux-mêmes. Mais il peut aussi s'agir de charlatans qui utilisent des traitements dangereux.

### **Traitement traditionnel pour les malades mentaux**

#### Traitement physique

Un traitement physique est d'ordinaire constitué d'expériences effrayantes et pénibles. Les gens peuvent être battus sauvagement, brûlés en divers points sur tout le corps ou forcés à absorber des breuvages dégoûtants. Ils peuvent être sérieusement effrayés parce qu'on leur fait croire qu'ils vont mourir ou qu'on va les tuer.

Le but de ce type de traitement traditionnel est de provoquer un choc qui est censé ramener la personne à la réalité. En fait, l'état de la personne peut s'aggraver. Parfois, une personne semble aller mieux mais l'amélioration est passagère. Une douleur aiguë peut réduire la souffrance psychologique pendant un court moment mais elle ne l'élimine pas. Ceux qui utilisent ces méthodes prétendent qu'elles réussissent en montrant des améliorations provisoires mais l'état de la personne s'aggrave par la suite.

Il est important de se souvenir de ce qui suit :

- Ces méthodes ne constituent pas un traitement. Elles sont une forme de torture infligée à des personnes qui sont malades mentalement.

- Ces méthodes ne peuvent pas guérir les malades mentaux. Elles risquent d'aggraver leur état.
- Ces méthodes ne sont pas éthiques. Personne n'a le droit d'imposer des souffrances inutiles à quelqu'un qui ne peut pas se défendre.
- Signalez l'utilisation de ces méthodes aux autorités et aux organisations responsables des réfugiés et des personnes déplacées. Elles doivent intervenir pour faire arrêter ces pratiques.

#### Guérison par la magie

Des traitements magiques sont administrés à travers des rituels qui diffèrent dans chaque culture. Dans certains endroits, seul le guérisseur et le malade mental, éventuellement la famille, participent aux rituels. Ailleurs, une foule nombreuse peut y participer.

Le traitement magique revêt différentes formes. Des offrandes spéciales peuvent être faites à un esprit dont on pense qu'il veut se venger parce que le malade l'a offensé. Un esprit maléfique qu'on pense avoir possédé la personne par la magie noire peut aussi être chassé de son corps. Dans certaines cultures, l'objectif peut être de rechercher une âme perdue.

Du fait de leurs croyances religieuses, certains agents des opérations de secours ne peuvent accepter les pratiques magiques qu'ils considèrent comme de la sorcellerie ou l'adoration de fausses divinités. Ces agents peuvent combattre les méthodes de traitement qui reposent sur la magie. Les traitements magiques, généralement, ne sont pas nuisibles et ils peuvent aider les gens. Médicalement, il n'y a pas de raison de s'y opposer.

Ces traitements peuvent être particulièrement utiles lorsque les guérisseurs invitent l'esprit censé posséder une personne à parler. C'est l'esprit qui est censé s'exprimer par la bouche de la personne. Les problèmes peuvent ainsi être discutés facilement. En temps normal, la personne serait trop gênée pour faire état de questions personnelles. Puisqu'on croit que c'est l'esprit et non la personne qui parle, les choses sont plus faciles à dire. Cela peut avoir un effet thérapeutique.

Parfois, les personnes qui disent avoir des pouvoirs magiques aspergent les malades d'une eau «lustrale» spéciale. Pour préparer l'eau lustrale, ils récitent des prières, des mantras ou des formules magiques au-dessus d'un récipient d'eau. Souvent, les personnes traitées par l'eau lustrale disent qu'elles se sentent mieux et plus détendues et que leur esprit est plus clair. Certaines disent qu'elles souffrent moins après ce traitement. Certains guérisseurs peuvent aussi souffler sur la tête ou d'autres parties du corps en récitant des prières ou en prononçant des mots magiques. Cela peut aussi aider certaines personnes à se calmer et à se sentir moins anxieuses.

De nombreuses autres méthodes de traitement magiques sont acceptables médicalement à condition qu'elles ne s'accompagnent pas de pratiques violentes ou pénibles.

### Conseils

Les guérisseurs traditionnels sont généralement des personnes âgées d'une grande sagesse qui savent écouter les gens et leur parler. Ils peuvent donner des conseils précieux, faire des commentaires utiles ou donner des explications. Cela peut atténuer ou effacer la culpabilité des gens, leurs inquiétudes et les autres sentiments douloureux, tels que ce que l'on ressent après un décès ou après d'autres événements pénibles.

Les gens se trouvent parfois dans une situation confuse et complexe, comme en cas de conflit familial. Les guérisseurs peuvent aider les gens à comprendre et à débrouiller ces situations. Les gens font confiance aux guérisseurs et se confient à eux et il leur est plus facile de parler aux guérisseurs et de respecter leur avis.

N'hésitez pas à faire appel à des guérisseurs traditionnels pour conseiller les personnes qui ont besoin de faire la lumière sur leurs problèmes. Vous pouvez peut-être inclure des guérisseurs dans les groupes de soutien avec les personnes qui ont des problèmes. Il est souvent utile de réunir des guérisseurs et des guérisseuses. Vous pouvez faire participer des accoucheuses traditionnelles avec des guérisseurs. Laissez chacun d'eux s'exprimer et écouter. Dites ce que vous voulez dire mais ne dirigez pas la discussion. N'essayez pas de précipiter les choses. Les gens peuvent avoir besoin de temps pour exprimer leurs problèmes réels.

### Médicaments

Les guérisseurs traditionnels préparent des remèdes pour de nombreux troubles physiques - céphalées, étourdissements, fatigue, manque d'appétit et douleurs. Ces remèdes peuvent aider les personnes qui présentent de tels troubles. Les troubles peuvent être dus à une maladie physique mais leur origine est souvent psychologique.

Certains médicaments puissants administrés pour des maladies physiques graves sont fabriqués à partir de substances initialement découvertes dans des plantes utilisées par des guérisseurs traditionnels, ainsi par exemple la quinine (pour le paludisme), la digitale (pour l'insuffisance cardiaque), l'aspirine et le rauwolfia (pour l'hypertension, ou comme calmant ou sédatif).

Existe-t-il des remèdes traditionnels pour les maladies mentales graves? Existe-t-il des plantes pour guérir les gens qui entendent des voix ou qui ont des hallucinations ou dont les paroles n'ont aucun sens? La réponse est probablement négative.

Certaines substances extraites de plantes, comme la mescaline, affectent le cer-

veau. Une personne saine qui prend ces substances a des hallucinations (elle entend et voit des choses qui n'existent pas) et elle peut devenir très anxieuse. Ces substances sont dangereuses et ne doivent pas être utilisées pour traiter les malades mentaux.

Le pavot et la coca ont des effets très puissants sur la douleur aiguë et la fatigue mais ils ne doivent pas être utilisés pour traiter les maladies mentales. Ils peuvent être dangereux parce qu'ils engendrent rapidement la dépendance et les gens ne peuvent plus s'en passer.

Méfiez-vous si des guérisseurs vous disent qu'ils ont des plantes pour traiter les maladies mentales. Les plantes qui ont une action puissante sur le cerveau sont dangereuses et peuvent faire plus de mal que de bien. Les guérisseurs utilisent parfois le cannabis (aussi appelé marijuana, haschich ou ganja) mais il ne faut pas l'utiliser comme un médicament. Son utilisation est illégale dans de nombreux pays.

Si un guérisseur traditionnel prétend avoir un remède pour soigner les maladies mentales, demandez ce qui se passe après que le patient a pris ce médicament. Demandez ce que le guérisseur fait d'autre pendant que la personne est sous l'influence du médicament. Quelqu'un est-il déjà mort pendant ce traitement? Les traitements pouvant mettre la vie de quelqu'un en danger ou faire souffrir les gens ne sont pas acceptables.

Les remèdes traditionnels peuvent aider et donner de bons résultats, mais soyez très vigilant avec les remèdes traditionnels qui sont censés guérir les maladies mentales. Ils sont probablement inutiles, voire dangereux. Demandez l'avis d'un médecin ayant une formation scientifique avant de laisser des guérisseurs utiliser ces remèdes. Si des familles insistent pour que des remèdes de ce type soient utilisés, proposez que le traitement soit administré sous la surveillance d'un agent de santé qualifié.

### **Approches complémentaires**

Les praticiens traditionnels peuvent fournir des services utiles en ce qui concerne les soins de santé, y compris les soins de santé mentale. Reconnaissez et louez leurs compétences utiles et sûres mais ne croyez pas qu'ils puissent traiter tous les problèmes de santé. Pas plus que les médecins, ils ne peuvent tout faire. En revanche, ils peuvent aider et guérir de nombreuses personnes qui ont des problèmes psychologiques et qui se trouvent dans des situations pénibles et compliquées.

Il est moins probable que les guérisseurs aient les moyens de traiter les troubles mentaux graves, alors que les médecins disposent de médicaments efficaces.

Les approches traditionnelle et scientifique se complètent l'une l'autre. Utilisées simultanément pour traiter les réfugiés qui ont des troubles mentaux, elles donnent de meilleurs résultats qu'utilisées séparément.

Etablissez avec les guérisseurs une relation basée sur l'estime mutuelle, la confiance, le respect et la compréhension. Soutenez leur pratique et travaillez en relation aussi étroite que possible avec eux. Souvenez-vous cependant que les charlatans peuvent être très nuisibles, spécialement pour les personnes qui ont des troubles mentaux graves et qui ne peuvent pas se défendre. Les charlatans ne sont pas des guérisseurs traditionnels authentiques et ils discréditent la médecine traditionnelle.

### **Notes à l'attention des administrateurs de camp**

Les pratiques de la médecine traditionnelle ne sont pas dangereuses simplement parce qu'elles peuvent paraître étranges, inhabituelles ou choquantes vues de l'extérieur. Avant de décider qu'une pratique traditionnelle est dangereuse, observez soigneusement ce que font les guérisseurs. Jugez ce qu'ils font sous deux angles - médical et éthique (moral).

Voici deux exemples de pratiques traditionnelles. Le premier est celui de brûlures superficielles utilisées comme traitement. Le deuxième est l'habitude d'envelopper dans des vêtements chauds et des couvertures les bébés qui ont une forte fièvre.

#### **Exemple 1 : Brûlures superficielles**

Certains guérisseurs peuvent pratiquer de petites brûlures superficielles sur certaines parties du corps. Ils le font parfois en association avec l'acupuncture et appellent cela «moxibustion», mais cela n'a souvent rien à voir avec la médecine chinoise.

Pour décider si ce type de traitement est acceptable, posez-vous les questions suivantes :

- Combien de brûlures sont faites, de quelle grandeur sont-elles et où se situent-elles? Sont-elles superficielles ou profondes? Quelques brûlures superficielles sur des parties du corps normalement couvertes par les vêtements peuvent être acceptables. Des brûlures profondes et nombreuses sur tout le corps ne sont pas acceptables. Il ne s'agit pas de traitement mais de torture.
- Quelles substances les guérisseurs appliquent-ils sur les brûlures? S'il c'est de la terre ou des excréments d'animaux ou toute autre substance sale, il y aura infection, voire décès par tétanos. Cela n'est pas acceptable, même sur des brûlures superficielles.
- Le traitement est-il accepté librement par la personne? Dans certaines sociétés, les cicatrices ne gênent pas les gens. Dans d'autres, les cicatrices sont mal considérées. C'est pourquoi les brûlures au visage, sur le cou ou sur les mains sont probablement une mauvaise chose et elles doivent être déconseillées.

Si vous considérez qu'un traitement n'est pas acceptable, vous devez avoir de bonnes raisons pour cela. Expliquez ces raisons aux guérisseurs. Insistez sur le fait qu'ils doivent protéger leur réputation. Ils ne devraient jamais faire quoi que ce soit qui nuise à leur image.

### **Exemple 2 : Forte fièvre et risque de convulsions**

Un bébé qui a une forte fièvre risque d'avoir des convulsions. Les convulsions graves ou répétées peuvent sérieusement endommager le cerveau. A la première convulsion, ou de préférence dès que la température du bébé dépasse 39° C, il est essentiel de rafraîchir rapidement le corps du bébé. Pour cela, on peut baigner le bébé dans de l'eau froide puis le placer sans vêtements dans un endroit frais ou bien aéré. C'est le conseil que les médecins donnent aux parents parce qu'ils savent que le cerveau peut être gravement lésé en cas de convulsions. Habituellement, cependant, les gens font souvent le contraire. Ils couvrent le bébé de vêtements chauds et de couvertures. Il est très difficile de mettre fin à cette habitude dangereuse.

Dites aux guérisseurs que le bébé risque de mourir de la maladie responsable de la fièvre qu'il soit couvert ou non et que la fièvre reste élevée ou qu'elle soit abaissée. Demandez aux guérisseurs s'ils ont remarqué que les bébés qui ont une forte fièvre ont souvent des convulsions. Ils vous diront que oui. Demandez-leur comment ils expliquent cela. Dites leur ensuite comment vous l'expliquez - par l'effet de la température sur le cerveau de l'enfant. Cela n'arrive pas aux enfants plus grands parce que leur cerveau est plus résistant. Demandez-leur s'ils ont remarqué que les enfants qui ont eu des convulsions graves alors qu'ils étaient petits, s'ils sont parfois normaux par la suite, deviennent le plus souvent anormaux. La plupart de ces enfants ne sont ni très intelligents ni très éveillés et ils peuvent encore avoir des crises.

Demandez aux guérisseurs comment ils expliquent cela. Dites-leur ensuite comment vous l'expliquez - par la détérioration du cerveau de l'enfant pendant les convulsions. C'est pourquoi il faut empêcher les bébés d'avoir des convulsions lorsqu'ils ont une température élevée.

---

### **Souvenez-vous**

- Les gens ne changent pas leurs habitudes ni leurs croyances du jour au lendemain.
- Ne critiquez pas les gens à cause de leurs traditions. Ils suivent leurs traditions parce qu'ils les croient bonnes pour leurs enfants, non parce qu'ils sont stupides et têtus.
- Les gens seront plus enclins à suivre votre avis lorsqu'ils vous feront confiance. C'est pourquoi il importe d'être en bons termes avec eux.

- Ne vous étonnez pas que les gens aient plus confiance dans leurs guérisseurs traditionnels qu'en vous. Même si les guérisseurs ont tort de conseiller de couvrir un bébé qui a une forte fièvre et que vous avez raison de conseiller l'inverse, il est plus probable que les familles feront confiance aux guérisseurs et non à vous. C'est pourquoi vous devez mettre les guérisseurs de votre côté.
  - Ne vous opposez pas ouvertement aux guérisseurs même s'ils demandent aux gens de faire des choses dont vous savez qu'elles sont nuisibles. Restez calme et poli. Parlez-leur, écoutez leurs raisons et expliquez-leur pourquoi les médecins ont une autre opinion.
  - Les guérisseurs vous feront confiance si vous leur faites confiance. Ils respecteront votre opinion si vous les respectez. Si vous pouvez les convaincre que ce que vous proposez est juste, ils pourront persuader les familles de suivre votre avis.
-

---

## MODULE 7

# Alcoolisme et autres toxicomanies

---

### **Objectifs d'apprentissage**

Après avoir étudié ce module, vous devriez pouvoir :

1. Expliquer aux membres clés du groupe de réfugiés et aux autres agents des opérations de secours les risques liés à l'alcoolisme et aux autres toxicomanies qui menacent les réfugiés.
2. Organiser la communauté des réfugiés pour qu'elle soit constamment attentive à ces problèmes de façon à les éviter ou les combattre.
3. Repérer les personnes qui ont déjà des problèmes liés à l'alcool ou à d'autres drogues ou qui sont très exposées à ce risque.
4. Faire en sorte que ces personnes bénéficient d'une aide appropriée. Cette aide, dans la mesure du possible, devra être fournie par la communauté même.
5. Vous entendre avec les services de soins de santé pour le transfert des personnes qui ont absorbé une quantité dangereuse d'alcool ou de drogues. Vous devriez aussi avoir la possibilité de transférer les personnes présentant d'autres complications qu'il n'est pas possible de soigner au sein de la communauté des réfugiés.

---

L'alcoolisme et les autres toxicomanies sont des problèmes courants dans de nombreuses sociétés. Ils peuvent s'atténuer lorsque les gens deviennent réfugiés mais ils peuvent aussi s'aggraver.

Il y a plusieurs raisons pour qu'augmente le risque d'alcoolisme ou d'autre toxicomanie grave parmi les réfugiés. Dès lors que les réfugiés eux-mêmes, et les autorités, sont conscients des raisons de ces risques, toutes sortes de mesures peuvent être prises pour les prévenir et pour aider les personnes affectées.

## **Comment peuvent naître les problèmes liés à l'alcool et aux autres drogues**

Les personnes qui consomment de l'alcool ou d'autres drogues s'exposent à de nombreux problèmes. Ces problèmes peuvent être d'ordre sanitaire, familial ou personnel. Plus les gens utilisent ces substances, plus les risques qu'ils courent sont grands. Certaines des personnes dont vous vous occupez peuvent avoir connu ces problèmes avant de devenir réfugiés.

Lorsque des personnes qui consomment beaucoup d'alcool et de drogues deviennent réfugiées, elles peuvent réduire ou arrêter leur consommation dans le chaos et la confusion de leur fuite. Mais elles sont sérieusement exposées à des problèmes plus graves encore si rien n'est fait pour empêcher qu'elles aient accès à de l'alcool ou d'autres drogues. Celles qui en consommaient beaucoup avant d'être réfugiées sont les plus exposées une fois qu'elles sont installées dans la nouvelle communauté. Une communauté de réfugiés a aussi un important potentiel de nouveaux usagers, dont la consommation peut vite devenir excessive.

Certains réfugiés peuvent commencer à recourir à l'alcool et à d'autres drogues pour éviter d'affronter leurs véritables problèmes. D'autres disposent peut-être de beaucoup de temps, sans rien d'utile à faire. Le réfugié peut se dire : « Je me moque de l'avenir et de ce qui peut m'arriver ou arriver aux autres. » Lorsque les familles et la société ne contrôlent plus normalement le comportement des gens, les jeunes en particulier peuvent commencer à consommer de l'alcool et des drogues.

Des problèmes liés à l'alcool et à d'autres drogues ne peuvent apparaître que si les fournisseurs trouvent un marché parmi les réfugiés. Si les réfugiés ont de quoi acheter des drogues, les drogues ne tarderont pas à circuler. Les revendeurs de drogue (dealers) peuvent aisément profiter des réfugiés et faire des bénéfices à leurs dépens. Ils peuvent les utiliser pour des activités illicites et, en contrepartie, leur fournir de l'alcool ou d'autres drogues. Ils peuvent trouver les moyens d'approvisionner les réfugiés sans que les autorités le sachent.

Les réfugiés courent de grands risques en consommant régulièrement de l'alcool et d'autres drogues. Ces substances peuvent sérieusement endommager la santé et lorsque les gens vivent dans des conditions misérables, les risques pour la santé sont encore accrus. Lorsque les réfugiés dépensent le peu d'argent qu'ils ont pour acheter des drogues, ils rendent la vie plus difficile encore aux autres. Les problèmes sociaux dus à l'usage des drogues, au-delà de la famille, peuvent affecter toute la communauté des réfugiés.

Si les réfugiés consomment régulièrement de l'alcool et d'autres drogues, ils ne feront guère d'efforts pour améliorer leurs conditions de vie. Tous les réfugiés s'en trouveront affectés. Même si quelques personnes seulement commencent à boire beaucoup ou à prendre d'autres drogues, cela affectera la confiance et la discipline dans toute la communauté.

## **Ce que vous pouvez faire**

Aidez les réfugiés à s'organiser pour empêcher que se crée une demande d'alcool et de drogues dans leur communauté. Il est aussi important d'empêcher des gens extérieurs au camp d'approvisionner les réfugiés en drogues.

### ***Aider la communauté***

Vous devrez peut-être informer les chefs de la communauté des réfugiés qu'il existe un risque que des personnes commencent à consommer de l'alcool et d'autres drogues. Avertissez-les que des personnes extérieures pourraient essayer de créer une demande d'alcool et d'autres drogues.

Les chefs de la communauté doivent comprendre que les réfugiés sont une cible facile pour les revendeurs de drogue. Cela est d'autant plus vrai que les réfugiés ne sont pas bien organisés en tant que communauté et qu'ils n'ont guère ou pas d'espoir de retrouver une vie sociale normale par la suite.

Encouragez les chefs de la communauté à rester attentifs à ces problèmes. Demandez-leur s'ils pensent que la consommation d'alcool et d'autres drogues a déjà commencé ou est en augmentation. Pensent-ils que ces problèmes pourraient apparaître bientôt? Si c'est le cas, ils pourraient demander l'aide de réfugiés, à titre individuel ou en groupes, pour prévenir les problèmes avant qu'ils se posent. Ils pourraient essayer d'amener toute la communauté des réfugiés à agir pour prévenir la consommation d'alcool et de drogues. Ils pourront peut-être réussir à savoir si des personnes à l'extérieur essaient de créer un marché. Ils pourront découvrir qui sont ces personnes et d'où elles viennent. Ils pourront ensuite décider du meilleur moyen de les en empêcher.

Une fois les réfugiés et leurs chefs conscients du risque, continuez de parler avec eux de la façon de persuader les gens de ne pas consommer de drogues. Faites comprendre à chacun combien le commerce des drogues est nuisible. Persuadez les réfugiés de faire le nécessaire pour s'empêcher les uns les autres de commencer ou de continuer à consommer des drogues. Rendez la tâche difficile aux gens de l'extérieur qui cherchent à profiter de la situation dans laquelle vivent les réfugiés.

Une manière de prévenir les problèmes de drogues est de tout faire pour améliorer et maintenir le bien-être général et entretenir le moral des réfugiés. Tous les réfugiés devraient se sentir utiles et décidés à faire le maximum les uns pour les autres et pour l'ensemble de la communauté. S'ils ont des choses utiles à faire et quelque espoir dans l'avenir, il est moins probable qu'ils prennent des drogues. Avertissez toute la communauté que les réfugiés qui consomment des drogues ont plus de problèmes que les personnes qui prennent des drogues dans une communauté normale.

---

**Souvenez-vous**

- Insistez sur les effets possibles de la consommation de drogues sur l'ensemble de la communauté.
- Aidez la communauté à comprendre les risques liés à l'alcool et aux autres drogues.
- Encouragez la communauté à rester attentive en permanence aux premiers signes de consommation de drogue.
- Amenez de temps en temps la communauté des réfugiés à s'engager publiquement à faire arrêter la consommation d'alcool et d'autres drogues. Les réfugiés doivent aussi s'engager à mettre fin à la production et au trafic d'alcool et d'autres drogues.
- Faites participer tous les membres de la communauté à des activités de groupe pour qu'ils s'entraident en attendant une solution plus permanente à leur problème.
- Amenez les réfugiés à chercher ensemble la façon de s'organiser pour empêcher la consommation d'alcool et d'autres drogues dans leur communauté.
- Efforcez-vous toujours de ranimer et d'entretenir l'espoir des réfugiés.

En prévenant les problèmes liés à la consommation d'alcool et d'autres drogues vous pouvez prévenir de nouvelles menaces pour les réfugiés. Aidez-les à comprendre cela. Ils pourront alors s'organiser pour se protéger les uns les autres et protéger toute la communauté.

---



**Certains réfugiés, à cause de leur consommation d'alcool, auront besoin d'une attention spéciale**

### **Aider les personnes individuellement**

Certains réfugiés auront besoin d'une attention et d'une aide spéciales.

- Demandez qui a actuellement des problèmes dus à la consommation d'alcool ou d'autres drogues.
- Soyez attentif aux comportements indicatifs d'une consommation d'alcool ou d'autres drogues. Surveillez aussi les autres signes et les résultats de la consommation d'alcool ou de drogues tels qu'une maladie physique, des blessures, un état d'ébriété ou un comportement étrange.
- Essayez de savoir lesquels parmi les réfugiés étaient connus pour leur consommation régulière et excessive d'alcool ou d'autres drogues avant de devenir réfugiés. Ces personnes sont particulièrement exposées. C'est d'elles que pourrait naître une demande de drogues ou un marché.

Personnes qui avaient déjà une consommation excessive ou qui étaient des usagers à problème

Les réfugiés sauront d'ordinaire si quelqu'un dans leur communauté consomme des drogues de façon nocive. En l'absence actuelle de problèmes graves, demandez aux chefs de la communauté ou à d'autres personnes influentes s'ils connaissent l'existence de personnes qui avaient des problèmes liés à la consommation d'alcool ou de drogues, ou qui consommaient des drogues chaque jour, avant de devenir réfugiés.

Ces personnes sont particulièrement exposées si de l'alcool ou d'autres drogues deviennent disponibles. Même si ces personnes ne consomment pas de drogues actuellement, les chefs des réfugiés devraient tenter de les faire participer à des activités ou des réunions communautaires. Cela les aidera à se sentir appréciées comme membres du groupe. Il est important de leur donner la possibilité de faire des choses, si petites soient-elles, pour le bien-être de tous les réfugiés. Même en tant que réfugié, il faut aider un ancien toxicomane à se sentir mieux considéré que lorsqu'il se droguait.

Consommateurs actuels

- La communauté sait d'ordinaire qui consomme de l'alcool ou des drogues. Ou les personnes ont été vues en train de boire ou de se droguer ou elles montrent par certains signes qu'elles consomment de l'alcool ou d'autres drogues. Différentes drogues créent des problèmes analogues, mais souvenez-vous que chaque drogue a ses propres effets sur les consommateurs.
- Selon la région, différents types de drogues peuvent être utilisés. La plupart des gens sauront quelles drogues sont couramment utilisées dans leur région. Apprenez à reconnaître les caractéristiques spéciales du sevrage des

drogues et de la dépendance engendrée par les drogues qui sont courantes dans votre région. Vous pouvez reconnaître la dépendance d'une personne à l'égard d'une drogue particulière à ses effets et aux symptômes de sevrage.

- Certains personnes peuvent consommer de l'alcool ou une autre drogue quotidiennement parce qu'elles ne peuvent pas s'en passer. Ces personnes sont « dépendantes ». Elles ont généralement de nombreux problèmes. Elles détruisent leur santé, négligent leur famille et deviennent un fardeau pour leur famille et la communauté des réfugiés.

Les personnes qui sont dépendantes à l'égard d'une drogue ont besoin d'en consommer régulièrement. Si elles sont privées de leur drogue, ou si on leur retire leur drogue, elles présentent des symptômes de détresse et de sevrage - mélange de symptômes physiques et mentaux. Elles se sentent mieux presque immédiatement après avoir repris leur drogue.

- Certaines drogues engendrent la dépendance plus facilement que d'autres. Selon les drogues, les symptômes de sevrage sont différents. Ces symptômes paraissent parfois être d'ordre mental - quelqu'un pourra ressentir un violent désir de consommer cette drogue, se mettre facilement en colère et être incapable de se concentrer. La cocaïne et le cannabis provoquent ce type de symptômes de sevrage. L'héroïne et l'alcool produisent des symptômes de sevrage physiques. Le sevrage de l'héroïne provoque des douleurs dans tout le corps. La personne a du mal à dormir, le nez qui coule, les yeux qui pleurent et parfois la diarrhée. Quelqu'un qui arrête de boire dort mal, se fâche et s'agite sans raison, se sent mal et peut trembler. Dans les cas graves, la personne peut être semi consciente. Elle peut être terrifiée, voir des choses imaginaires et même avoir des crises comme les épileptiques en ont parfois. Supprimer soudain l'alcool à une personne dépendante peut être dangereux. Elle peut même en mourir.
- Même les personnes qui ne sont pas pharmacodépendantes peuvent avoir des problèmes liés aux drogues. Elles peuvent avoir des problèmes de santé et de nutrition, des problèmes familiaux, des accidents, être mêlées à des bagarres et avoir d'autres problèmes sociaux. Dans un camp de réfugiés, la consommation de drogue peut déboucher sur des problèmes plus rapidement que dans la vie normale.
- La consommation de drogues illicites s'assortit de problèmes spéciaux. La distribution et la vente de ces drogues sont illégales et leurs fournisseurs sont des criminels. Cela pose des problèmes spéciaux dans la communauté des réfugiés. Les consommateurs de drogues illicites peuvent aussi être considérés comme des criminels et, en tant que tels, ils peuvent s'exposer à des risques supplémentaires.
- Les personnes qui consomment des drogues prennent parfois une surdose (une dose excessive) ou ont une mauvaise réaction à une drogue. Certaines personnes réagissent de façon inhabituelle aux drogues, mais cela n'est pas

courant. Les surdoses se produisent surtout en cas de consommation d'alcool et de médicaments tels que des barbituriques ou des tranquillisants. Une surdose peut entraîner le coma, voire le décès.

***Aider les gens qui reconnaissent avoir un problème lié à la consommation de drogue***

Les consommateurs de drogue peuvent parfois être incités à vouloir faire quelque chose pour eux-mêmes ou à accepter l'aide des autres. Ils peuvent décider non seulement d'arrêter de se droguer mais aussi de vivre une vie qui ait plus de sens. Lorsque des toxicomanes reconnaissent qu'ils ont un problème, ils commencent à avoir de bonnes chances d'abandonner la drogue. Travaillez avec ces personnes et aidez-les patiemment à surmonter leurs problèmes liés à la drogue, à arrêter de consommer de la drogue et à modifier tout le comportement qui est associé à la toxicomanie. Cela peut être plus facile dans un camp de réfugiés que dans la vie normale parce que le toxicomane, qui vit avec les autres réfugiés, est moins isolé.

- Essayez de savoir qui, parmi les réfugiés, est prêt à aider les toxicomanes. Réunissez ces personnes. Expliquez-leur les risques liés à une consommation excessive de drogues. Parlez avec ces personnes des moyens par lesquels elles peuvent aider les toxicomanes à surmonter leur problème.
- Expliquez que le plus utile est de pouvoir parler amicalement aux toxicomanes. Proposez que chaque personne ayant offert son aide parle à un toxicomane dans le cadre de l'effort communautaire pour surmonter ce problème. Dites-leur de ne pas donner d'ordres. Elles doivent essayer de savoir ce que pensent les toxicomanes de leur problème et quelles chances ils ont de réussir à le surmonter. Chaque personne qui aide un toxicomane doit lui parler et l'écouter chaque jour pendant une semaine. Une autre réunion aura ensuite lieu avec les autres volontaires. A cette réunion, chacun parlera de son expérience. Chacun décrira les difficultés rencontrées et la discussion portera sur les moyens de les résoudre.
- Demandez à ces personnes d'examiner les raisons pour lesquelles les toxicomanes ne réussissent pas à surmonter leur problème. Expliquez qu'il peut y avoir de nombreuses raisons à cela. Les toxicomanes ne désirent peut-être pas changer parce qu'aucun autre aspect de la vie ne les intéresse. Ils sont peut-être habitués à ce mode de vie. Peut-être n'ont-ils pas d'autres intérêts. Ils ne se sentent peut-être pas intégrés dans la société ni dans leur famille. Ils ont peut-être éprouvé des symptômes désagréables par le passé lorsqu'ils ont arrêté pendant un certain temps de prendre de la drogue.
- Demandez aux personnes qui aident les toxicomanes ce qu'elles peuvent faire pour surmonter ces obstacles.

- Suggérez que ces personnes continuent de voir régulièrement pendant les semaines suivantes les toxicomanes qu'ils aident.

Les gens peuvent arrêter de se droguer, et certains le font, surtout quand d'autres personnes manifestent le désir de les aider. Les volontaires, simplement en rencontrant régulièrement les toxicomanes, peuvent les aider à changer. Des changements peuvent aussi se produire parce que la communauté montre qu'elle s'intéresse aux toxicomanes. Les gens qui vivent dans une communauté de réfugiés peuvent éprouver un intérêt particulièrement fort pour autrui et un sentiment de sollicitude communautaire.

La crainte des symptômes de sevrage peut être une raison de ne pas arrêter la drogue. La plupart des toxicomanes peuvent arrêter de se droguer s'ils sont décidés à le faire, sans utiliser une autre drogue. Arrêter brusquement de se droguer peut entraîner des symptômes graves et il est nécessaire de prescrire des médicaments. Le sevrage ne menace la vie que des rares personnes qui sont très fortement dépendantes de l'alcool ou des drogues.

Les personnes qui aident les toxicomanes doivent savoir quand une aide spéciale est nécessaire. Il ne sera peut-être pas facile de trouver un médecin en cas d'urgence ou de problème spécial. Vous-même ou les personnes qui se sont proposées pour aider devrez peut-être prendre la situation en main.

Lorsque cela est possible, une liaison devra être établie avec les services de soins de santé pour les cas où vous devrez envoyer à un spécialiste une personne présentant des complications graves. Lorsque des médecins ou des infirmières rendent visite au groupe de réfugiés, soulevez la question de la possibilité d'établir ce type de liaison.

## **Problèmes qui peuvent se poser en cas de consommation d'alcool et d'autres drogues**

### ***Ivresse***

L'un des problèmes est le comportement des personnes qui sont ivres. Une personne ivre peut être violente et agressive. Certaines personnes sont toujours agressives après avoir bu, mais elles sont d'ordinaire capables de se maîtriser si elles savent que les autres n'accepteront pas leur comportement. Lorsqu'une personne ivre se conduit violemment en public, le mieux est d'écarter la personne ou de persuader les autres de s'éloigner. Ne défiez jamais quelqu'un qui est ivre et agressif et n'essayez jamais de faire cesser ce comportement. La personne pourrait tenter de vous attaquer. Il est généralement préférable d'être d'accord avec la personne ivre et d'essayer de l'éloigner de la situation qui a suscité sa réaction violente.

### ***Surdose***

Sous l'effet d'une surdose, une personne peut perdre connaissance. Surveillez attentivement une personne inconsciente pour éviter d'autres dommages. Surveillez spécialement sa respiration. Une personne inconsciente après avoir bu a souvent un faible taux de glucose sanguin. Le cerveau peut alors être endommagé et les lésions peuvent subsister même après que l'alcool a été éliminé de l'organisme. Ne rien donner par voie buccale à une personne inconsciente ; elle pourra avoir besoin d'une injection de glucose. Un agent de santé qualifié lui administrera.

### ***Sevrage***

Il existe diverses manières de soulager les symptômes d'une personne qui arrête de prendre de l'alcool ou d'autres drogues. Des médicaments sont parfois nécessaires. Le diazépam et les médicaments analogues peuvent aider à prévenir les effets dangereux du sevrage qui se produisent en cas de dépendance à l'égard de l'alcool. Ces médicaments ne doivent être donnés que pendant une courte période et la dose doit être progressivement réduite.

Les personnes qui arrêtent de boire peuvent traverser des moments de semi-conscience. Ces personnes peuvent avoir des crises, ou être dans un état de confusion. Elles peuvent aussi voir des choses qui n'existent pas. En pareils cas, des médicaments tels que le diazépam peuvent être administrés pendant une courte période, et les doses progressivement réduites.

Les personnes en sevrage de l'alcool ou d'autres drogues ne doivent pas être laissées seules. Une personne qu'elles connaissent bien devra rester avec elles. Cette personne devra être capable de communiquer clairement avec elles et de les tenir éveillées. L'environnement devra aussi être stimulant et, par exemple, bien éclairé. Si l'état de la personne en sevrage s'aggrave nettement, une petite quantité d'alcool pourra lui être donnée, spécialement si aucun médicament n'est disponible.

Les personnes qui aident les toxicomanes et les alcooliques doivent aussi parler aux familles. Une personne qui réduit sa consommation de drogues ou cesse de se droguer mérite des félicitations. La famille, les amis et les personnes qui les aident doivent manifester leur satisfaction et leur prodiguer des encouragements.

Les personnes qui aident les toxicomanes peuvent leur indiquer d'autres manières de s'attirer le respect des autres. Réunissez les bénévoles et les personnes qui ont cessé de se droguer pour parler de la satisfaction de la communauté devant le changement opéré. Les personnes qui apportent leur aide et les anciens toxicomanes peuvent planifier ensemble des activités pour les anciens toxicomanes que la communauté appréciera. Ils pourront discuter ensemble de la façon d'éviter de recommencer à se droguer.

Les anciens toxicomanes peuvent envisager des moyens pour arrêter l'approvisionnement des réfugiés en alcool et autres drogues. De cette façon, ils aideront toute la communauté et renforceront leur loyauté les uns envers les autres. Ils auront le sentiment d'un effort conjoint destiné à les protéger contre une exploitation extérieure.

Les personnes qui fournissent leur aide doivent entretenir des contacts réguliers avec les anciens toxicomanes pour les aider à consolider les changements qu'ils ont opérés dans leur vie. De cette façon, elles pourront aussi atteindre des personnes qui continuent de se droguer.

Les personnes qui aident doivent encourager les anciens toxicomanes à parler aux personnes qui se droguent encore pour les aider à arrêter. Expliquez aux personnes qui aident que des contacts réguliers pendant une période prolongée sont nécessaires pour s'assurer que les anciens toxicomanes ne recommencent pas à prendre de la drogue.

L'une des façons d'aider les personnes qui ont cessé de boire ou de consommer d'autres drogues est de leur trouver une tâche utile ou de les encourager à trouver une tâche utile. Cette tâche pourra être d'aider d'autres toxicomanes à arrêter de se droguer. Ou encore de faire cesser l'approvisionnement en drogues de la communauté des réfugiés.

Chacun devra manifester combien sont appréciés les efforts des personnes qui apportent leur aide. Mais souvenez-vous que la réussite dépend pour une large part de la continuité des efforts organisés de la communauté des réfugiés pour empêcher que de nouveaux problèmes de drogue surviennent à l'avenir.