

CENTRE DE TRAITEMENT DES ADDICTIONS

Information pour les patients hospitalisés

Le centre de traitement des addictions accueille des personnes ayant des problèmes de dépendance aux drogues licites (alcool, tabac, médicaments) ou illicites (opiacés, cocaïne...). Aucune hospitalisation ne se fait sous contrainte. Le programme hospitalier étant orienté vers l'abstinence, le service admet uniquement des personnes qui souhaitent s'abstenir complètement des drogues licites ou illicites ayant été reconnues comme posant problème.

Le service comprend 24 lits : 12 lits de soins de suite et 12 lits de médecine.



Jardin, pavillon Fouquet

Le programme thérapeutique

Nous essayons d'individualiser le traitement, afin qu'il réponde au mieux aux besoins de chacun.

Ainsi, nous vous proposerons le programme qui nous semblera le mieux adapté à votre cas. Si vous considérez que ce programme ne vous convient pas, nous vous engageons à nous le dire rapidement. Nous pouvons envisager ensemble un changement, dans la mesure où nous sommes d'accord sur les objectifs.

Cependant, une fois que le programme est décidé, nous attendons de vous que vous le suiviez strictement et, en particulier, que vous soyez à l'heure à chacune des activités.

La plupart de nos activités thérapeutiques se font en groupe.

Les activités thérapeutiques de groupe

Sport



Salle de musculation

Du lundi au vendredi de 8 h 30 à 9 h 30.
En alternance musculation et gymnastique. Les objectifs de cette activité sont la remise en forme et la redynamisation.

Le sport s'adresse à tous les patients, hormis ceux présentant une contre-indication médicale posée par le médecin ou l'interne.

Discipline corporelle

Les objectifs de cette activité sont de travailler ses facultés de socialisation, tout en réapprenant à prendre du plaisir dans des activités collectives simples. Il s'agit de séances de 2 h 30 réparties en deux ateliers :

○ Sports collectifs

Activités de plein air ou d'intérieur : unihockey, lacrosse, volley-ball, badminton, jeux de ballons, parcours de coordination et d'adresse, VTT...

○ Jeux de société

Jeux interactifs et de créativité : Brainstorm, Pictionary, Planet Genius, Motus, Defifoo.

Jeux de cartes : Uno, Perudo

○ Relaxation

Proposé par l'équipe soignante. 1 fois par semaine

Atelier cocktail

Le dimanche en salle à manger.

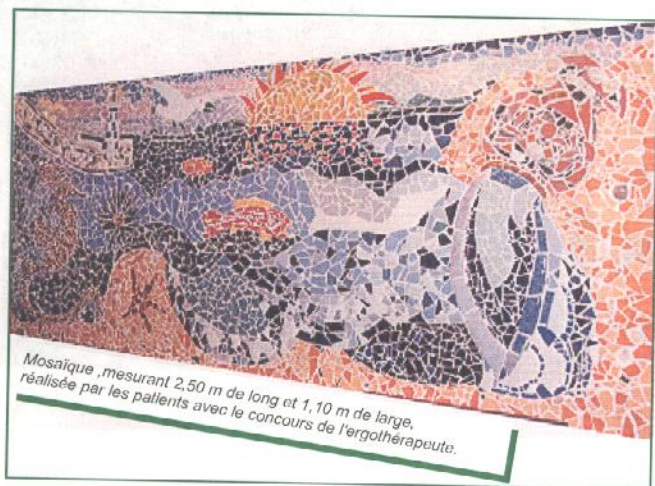
Travail sur le thème de la convivialité, sur le choix des boissons non alcoolisées et sur la réalisation de cocktails sans alcool.

Ergothérapie

L'ergothérapie en addictologie est une thérapie qui utilise les activités manuelles comme un outils pour apprendre à se connaître (découvrir ses capacités et ses fragilités). Elle permet à travers l'investissement dans la création d'un projet choisi, de travailler sur différents objectifs de soin personnels et d'initier des changements.

Différentes activités sont proposées au choix :

- *L'atelier poterie, bois ou peinture*
à raison de trois séances hebdomadaires de deux heures.



En fonction des objectifs de soin, deux ateliers facultatifs sont également à disposition

- *L'atelier mémoire*
Les objectifs sont d'évaluer puis de stimuler ses capacités d'attention, de concentration et de mémorisation.
2 séances hebdomadaires de 1h
- *L'atelier expression*
Cet atelier se divise en deux étapes :
 - ◇ Une étape de création personnelle autour d'un thème commun, à travers des supports qui varient (collage, peinture, écoute musicale...)
 - ◇ Une étape d'échange autour des créations, qui permet l'expression des ressentis et favorise la connaissance de soi1 séance hebdomadaire de 2h30

Groupe de parole addictologie

Tous les mardis de 15 h 00 à 16 h 00. Il s'agit d'une réunion, animée par un psychologue ou un médecin, rassemblant les patients hospitalisés, des patients suivis en ambulatoire, et d'anciens patients du service.

L'objectif est de partager des expériences et de proposer des solutions face aux questions posées par les nouveaux patients. Un thème spécifique est choisi d'une séance sur l'autre.

Thérapie cognitivo-comportementale

Le principe de ce traitement est d'apprendre à modifier ses comportements, ses attitudes, ses pensées et certaines de ses croyances (cognitions), afin de réagir de la façon la plus efficace possible, face à certaines difficultés.

L'objectif général de notre programme de thérapie cognitivo-comportementale est de prévenir la rechute. Les rechutes sont le plus souvent liées à des situations à risque :

- ◇ Conflits entre personnes
- ◇ Pression de l'entourage pour consommer
- ◇ Pensées persistantes concernant la consommation du produit (alcool, tabac, drogue illicite, médicament)
- ◇ Emotions négatives
- ◇ Emotions positives
- ◇ Mauvais état physique
- ◇ Tentative de contrôler sa consommation

Chaque partie du programme vise à apporter de nouvelles stratégies pour gérer chacune de ces situations à risque. Participer à ce traitement nécessite que l'on soit capable de se concentrer pendant deux heures sur un travail intensif, et que l'on soit capable de respecter le bon fonctionnement du groupe (participation active et respect des thérapeutes et des autres patients).

○ Déroulement des séances

- ◇ Discussion sur les exercices pratiques qui étaient à faire depuis la séance précédente
- ◇ Discussion sur l'objectif de la séance
- ◇ Présentation des stratégies efficaces pour atteindre l'objectif
- ◇ Discussion sur les cas personnels (éventuellement jeux de rôle)
- ◇ Explication des exercices pratiques à faire après la séance

Avant ou après la durée de l'hospitalisation, des thérapies complémentaires peuvent être proposées soit sur Emile-Roux, soit sur Albert-Chenevier.

Notre programme de thérapie cognitivo-comportementale est composé de 3 modules, répondant chacun à un objectif différent. 1^{er} module, avant hospitalisation et 2^{ème} et 3^{ème} module, après l'hospitalisation.



Module 1	Module 2	Module 3
Eviter les pièges de la rechute	Affirmation de soi	Gestion des émotions négatives
Ce module est constitué de 6 séances ayant lieu les lundis, mardis et jeudis de 10 h à 12 h. <i>Thèmes des séances</i> ▪ Savoir refuser une consommation ▪ Les pensées dangereuses ▪ Gérer les envies de consommer ▪ Gérer les critiques liées à son addiction ▪ Les petites décisions apparemment sans conséquence ▪ Avoir son plan d'urgence pour la gestion d'un faux pas Nous n'exigeons pas, pour ce module, d'engagement à y participer en totalité. Il est possible de faire les séances dans n'importe quel ordre. Nous recommandons la participation à ce module aux patients qui sont motivés par une abstinence complète et durable des drogues (licites ou illicites) qui leur posent problème.	Participer à ce module exige de s'engager à participer à la totalité des 11 séances. Les séances sont hebdomadaires. <i>Thèmes des séances</i> ▪ Introduction – constitution du groupe ▪ Engager la conversation ▪ Donner et recevoir des compliments ▪ Maîtriser sa communication non verbale ▪ Expression et écoute des émotions ▪ Savoir faire les critiques ▪ S'affirmer ▪ Savoir dire non ▪ Relations proches et intimes ▪ Conclusion Pour être inclus dans ce module : il est souhaitable que vous en parliez avec votre addictologue ou votre psychologue qui en vérifiera les indications ou contre-indications éventuelles. Vous pourrez ensuite vous pré-inscrire au secrétariat médical. Il vous faudra être abstinent et avoir participé au premier module de Thérapie Cognitive et comportementale.	Participer à ce module exige de s'engager à participer à la totalité des 11 séances. Les séances sont hebdomadaires. <i>Thèmes des séances</i> ▪ Introduction – constitution du groupe ▪ Relaxation – niveau 1 ▪ Résolution de problèmes ▪ Être conscient de sa colère ▪ Gérer sa colère ▪ Relaxation – niveau 2 ▪ Être conscient de ses pensées négatives ▪ Gérer ses pensées négatives ▪ Relaxation – niveau 3 ▪ Développer les activités de plaisir ▪ Conclusion Pour être inclus dans ce module : il est souhaitable que vous en parliez avec votre addictologue ou votre psychologue qui en vérifiera les indications ou contre-indications éventuelles. Vous pourrez ensuite vous pré-inscrire au secrétariat médical. Il vous faudra être abstinent et avoir participé au premier module de Thérapie Cognitive et comportementale.

Groupe prévention de la rechute par la pleine conscience

Forum des associations

Les deuxième et quatrième mardis du mois, rencontrez des représentants des associations d'entraide. La fréquentation de ces associations est un soutien efficace après l'hospitalisation.

Les activités thérapeutiques individuelles

Les médecins

Le suivi avec le médecin consultant, généralement entamé avant l'hospitalisation, sera poursuivi pendant le séjour, et le plus souvent après la sortie.

Votre interlocuteur quotidien, pendant l'hospitalisation, est l'interne, qui s'occupera de votre examen médical, de la prescription de votre traitement et des examens complémentaires. C'est à lui que vous pourrez demander les résultats de vos examens.

Une visite médicale est organisée chaque semaine dans chaque aile de 11 h 00 à 12 h 30 (le mercredi et le vendredi). Cette visite est menée par un praticien hospitalier, assisté de l'interne, de l'infirmier et de l'aide-soignant. C'est le moment privilégié pour exprimer vos souhaits concernant votre programme thérapeutique et la durée de votre séjour.

Les psychologues

Les objectifs des entretiens individuels avec un psychologue permettent de clarifier sa motivation, tenter de comprendre certains mécanismes psychologiques, apaiser la souffrance consécutive à un traumatisme psychologique...

L'assistante sociale

L'assistante sociale vous aidera à résoudre vos difficultés sociales. Ils mèneront, avec votre accord, les actions susceptibles de remédier à ces difficultés, ainsi qu'à garder ou retrouver votre autonomie (régularisation des droits, accès du soins, accompagnement dans la démarche d'insertion socio-professionnelle). Leur action se fait en liaison avec les différents partenaires extérieurs.

L'autobiographie

La rédaction de votre autobiographie est vivement recommandée pendant votre séjour. Le temps de l'hospitalisation est idéal pour faire un retour sur vous-même, afin de mieux vous comprendre et donc de prendre les décisions les plus adaptées pour votre avenir. Si vous le souhaitez, vous pourrez confier votre autobiographie à votre psychologue ou votre médecin, sous le sceau du secret professionnel.

Les conditions du séjour

Préparer son hospitalisation

La liste d'attente

L'hospitalisation est décidée d'un commun accord entre le médecin consultant et son patient. Il est possible que le médecin consultant refuse l'hospitalisation à son patient, s'il pense que le programme thérapeutique du service n'est pas indiqué. Une fois l'hospitalisation décidée, le patient est mis sur une liste d'attente. La décision définitive de l'hospitalisation ne pourra se faire que si tous les papiers de prise en charge sont en possession de la caisse des consultations externes (vous pouvez les faxer au : 01 45 95 83 90).

Quels papiers pour la prise en charge

Attestation de Sécurité Sociale et la Carte Vitale ou Attestation CMU
Carte de Mutuelle en cours de validité
Engagement de paiement si la mutuelle ne prend pas en charge le forfait journalier

La date d'hospitalisation

Vous serez contacté quelques jours avant votre hospitalisation par la secrétaire hospitalière, qui vous proposera une date d'hospitalisation : ce sera un lundi, un mardi ou un jeudi. Vous devrez vous présenter à l'accueil de la consultation impérativement à 9 h 00 du matin.

Vos affaires

Pensez à vous munir de suffisamment d'affaires ; vous n'aurez pas de permission avant le deuxième samedi suivant votre entrée. Il vous faudra des tenues de sport, des tenues de ville, un nécessaire de toilette avec serviettes, des enveloppes et des timbres, un réveil, un peu d'argent pour les journaux et le téléphone et pour les fumeurs une réserve suffisante de cigarettes.

Vos indemnités journalières

Si vous voulez obtenir les indemnités journalières durant votre séjour, un dossier complet devra être préparé avant l'hospitalisation. Une fois hospitalisé, il vous faudra encore faire des démarches administratives :

Pour votre employeur ou la caisse d'ASSEDIC, envoyer un bulletin de présence dans les 48 h suivant votre entrée.

Pour votre mutuelle, envoyer un bulletin de situation à la fin de votre hospitalisation. Ces bulletins vous seront remis par la secrétaire hospitalière à votre entrée.

Les majeurs protégés

Les personnes bénéficiant d'une sauvegarde de justice, d'une tutelle ou d'une curatelle doivent prendre contact avec l'assistant social du service le plus tôt possible avant leur hospitalisation.

La durée du séjour

La durée du séjour dépend des objectifs thérapeutiques, de la vitesse de progression, et de la qualité de l'implication dans le programme thérapeutique. La date de sortie définitive peut n'être décidée que quelques jours à l'avance.

Les aspects pratiques

◇ Des permissions de sortie à l'extérieur de l'hôpital peuvent être accordées. Elles sont en général systématiques les week-end du samedi à 9 h 00 au dimanche à 17h, à l'exception du premier week-

end suivant l'entrée dans le service, au cours duquel il est normalement demandé au patient de rester à l'hôpital.

◇ Des permissions peuvent être également accordées en semaine à titre exceptionnel pour accomplir des démarches de type administratif. Elles peuvent être accordées par l'assistante sociale ou le médecin.

◇ Ceux qui craignent de ne pas résister à la tentation de boire pendant une permission peuvent demander à l'interne une prescription ponctuelle d'Espéral (médicament qui rend malade s'il est associé à l'alcool).

◇ Le service est composé de 10 chambres à 2 lits et de 4 chambres à 1 lit (dont une chambre pour handicapé). Bien entendu, les hommes et les femmes ne partagent pas les mêmes chambres ; c'est pourquoi nous sommes régulièrement amenés à changer certains patients de chambre en cours de séjour, au gré des entrées et des sorties, la proportion d'hommes et de femmes changeant continuellement.

◇ Ne pas garder de grosses sommes d'argent sur vous. Vous pouvez le déposer soit dans le coffre de votre chambre, soit à la Régie de l'établissement, pendant la durée de votre séjour. Votre interlocuteur est le cadre infirmier.

◇ Il y a une télévision dans le salon non fumeur. Elle doit être éteinte à minuit.

◇ Apporter son traitement

Votre engagement

Nous demandons à nos patients de s'engager à suivre les règles de fonctionnement de notre centre. Nous n'acceptons pas en hospitalisation les personnes qui seraient en désaccord avec ces règles. Tout manquement à ces règles peut entraîner une exclusion immédiate du service ou un arrêt.

Contrat d'engagement pour la durée d'hospitalisation

- Ne pas fumer dans le bâtiment sans autorisation
- Ne pas sortir de l'Hôpital Emile Roux sans autorisation.
- Pas de consommation ou apport d'alcool, de drogue illicite, ou de médicament non prescrits. L'équipe soignante peut à tout moment, pratiquer des contrôles inopinés.
- L'équipe soignante peut être amenée à procéder à une vérification des effets personnels dans votre chambre en votre présence.
- Rentrer dans le pavillon avant la fermeture des portes le soir
- octobre à mai : 21 h
- juin à septembre : 22h
- Respecter les horaires du lever, du coucher, des activités, des repas.
- Participer aux activités prescrites par le médecin.
- Respecter les locaux et le matériel.
- Tenir la chambre rangée et faire le lit chaque jour.
- Avoir une hygiène corporelle et une tenue vestimentaire adaptée
- Ne pas amener des denrées périssables
- Ne pas utiliser de matériel Hifi, video, informatique pendant les activités et les repas. Le service se dégage de toute responsabilité en cas de perte, dégradation, vol.
- Eviter les nuisances sonores pour le ou les voisins de chambre
- Ne pas manifester une relation affective privilégiée dans les locaux.