

LA UNE

La Suisse gaspille 16 milliards de francs en actes médicaux inutiles

Un soin sur cinq serait superflu, gonflant les coûts de la santé. Voici la liste de 10 actes fréquents souvent évitables.

Trop d'antibiotiques contre les sinusites, des prises de sang répétées dans les hôpitaux, du ciment entre les vertèbres, l'abus d'anti-inflammatoires, de sondes urinaires et de protecteurs gastriques: tels sont quelques-uns des actes et traitements médicaux courants, qui ne servent souvent à rien. Mais qui coûtent très cher. Dans les pays où l'étude a été faite, on estime à 20% la part des soins qui n'apporteraient aucune valeur ajoutée. Appliqué à la Suisse, ce taux représente des dépenses d'environ 16 milliards de francs, sur les 82 milliards des coûts globaux de la santé (en 2017).

Un mouvement international s'est développé pour lutter contre cette surconsommation. Deux de ses membres font la liste des dix soins sur lesquels on pourrait économiser beaucoup.

SUISSE PAGES 2-3

Dix soins sont fréquents, mais souvent superflus

Santé - Selon des études étrangères, quelque 20% des actes médicaux pris en charge ne sont pas utiles. Médicaments, examens, interventions: voici de quoi nous parlons.

Caroline Zuercher

Dans la lutte pour maîtriser les coûts de la santé, un chiffre revient régulièrement: quelque 20% des soins ne seraient pas utiles ou, pour prendre un terme préféré par les experts, «sans valeur ajoutée». «Cette proportion est une estimation basée, notamment, sur des études effectuées aux États-Unis (environ 25%), en Australie (20%) et dans les soins aigus aux Pays-Bas (20%), précise Nicolas Rodondi, directeur de l'Institut de médecine de famille à Berne. Ces chiffres n'existent pas pour la Suisse, mais je doute que les résultats seraient très différents.» Dans notre pays, les coûts annuels de la santé s'élèvent à quelque 82 milliards de francs (en 2017). On peut donc estimer que 16 milliards sont gaspillés. Médicaments, examens, opérations... Trop souvent, ils sont prescrits dans des cas où ils n'apportent pas de bénéfice. Pour les experts, la question n'est pas uniquement financière, puisque ces soins peuvent aussi générer des effets secondaires. «Tout le problème est que la plupart d'entre eux présentent malgré tout un bénéfice chez certains patients, détaille Nicolas Rodondi. Sinon, ils ne seraient plus pratiqués ou on ne les trouverait plus sur le marché.»

Pour faire la différence entre bons et mauvais usages, et lutter contre ceux qui sont problématiques, un mouvement international s'est développé. En Suisse, il a abouti à la création de Smarter Medicine, une association qui a publié plusieurs listes de soins à éviter et qui sensibilise le public au fait qu'en médecine, on peut parfois améliorer la qualité de vie en agissant moins. Nicolas Rodondi, directeur de l'Institut de médecine de famille, à Berne, et Jean-Michel Gaspoz, président de Smarter Medicine et spécialiste en médecine interne à la clinique genevoise des Grangettes, sont tous deux engagés dans cette lutte. Ils ont établi avec nous une liste de dix traitements fréquemment effectués, mais souvent inappropriés.

Sinusites et antibiotiques

Méfiez-vous de l'utilisation des antibiotiques en cas d'infection des voies respiratoires supérieures (sinusites, pharyngites, maux de gorge et bronchites). Dans 90% des cas, ces infections sont virales et les antibiotiques inefficaces. «Des recherches ont montré que six fois sur dix, elles sont traitées avec des antibiotiques, détaille Nicolas Rodondi. Or, on estime que cela n'est nécessaire que dans 5 à 10% des cas.» On imagine les coûts inutiles mais aussi les problèmes liés à la résistance aux antibiotiques. Précisons qu'en cas d'otite, il faut éviter les antibiotiques par voie orale. «Les gouttes locales ont moins d'effets secondaires, elles fonctionnent mieux et coûtent moins cher», complète Jean-Michel Gaspoz.

Examens à l'hôpital

En milieu hospitalier, des batteries d'examens sont souvent effectuées à intervalles réguliers (par exemple, chaque jour). Il s'agit principalement de prises de sang, complète Jean-Michel Gaspoz. Or, il ne faudrait le faire que pour répondre à une question précise. Les prélèvements de sang répétés peuvent, notamment, conduire à une anémie... et, finalement, à des transfusions.

Injecter du ciment pour un tassement de vertèbres

Ce geste coûte plusieurs milliers de francs. Or, des études montrent qu'il est inutile dans 95% des cas. Dans l'utilisation, il y a de grosses différences d'une région à l'autre: cet acte est réalisé dix fois plus dans le canton de Berne que dans celui de Genève. Pourquoi des praticiens suisses le font-ils encore? «Il y a un marché, et certains médecins continuent, malgré tout, de croire aux effets bénéfiques, énumère Nicolas Rodondi. Et puis, cela peut être la solution de facilité, car les problèmes de dos ne sont pas faciles à traiter.»

Transfusions sanguines

Les taux d'hémoglobine à partir desquels une transfusion doit être faite ont changé (avec une plus grande tolérance aujourd'hui que par le passé), ce qui n'est pas toujours appliqué. On voit des taux anormaux et on transfuse, alors que ce n'est pas nécessaire. «Cela génère des coûts supplémentaires et fait courir des risques inutiles, voire une surmortalité», avertit Jean-Michel Gaspoz.

Anti-inflammatoires

Selon un rapport sur les médicaments publié par Helsana (mené avec l'Hôpital universitaire de Bâle et l'Institut de médecine pharmaceutique de l'Université de Bâle), l'ibuprofène est la troisième substance active la plus utilisée, en 2017, dans notre pays. Sur quelques jours, les anti-inflammatoires ne présentent pas un grand risque et sont utiles pour aider, par exemple, à se rétablir d'un mal de dos. À plus long terme, ils restent efficaces, mais ont des effets secondaires (problèmes d'estomac et du rein, augmentation du risque d'infarctus). Ils sont particulièrement déconseillés chez les personnes souffrant d'hypertension, d'insuffisance cardiaque ou de maladie rénale. Ces problèmes se posent, notamment, chez des patients âgés qui souffrent d'une arthrose, qui ne va pas disparaître. «Nous en voyons les effets secondaires tous les jours à l'hôpital», conclut Nicolas Rodondi.

Pour traiter les douleurs chroniques, le Pr Gaspoz mentionne qu'il ne faut pas oublier l'hypnose, l'acupuncture, la

physiothérapie, l'ostéopathie et les massages, avant de préciser que les médecins essaient d'éviter les opiacés. Ceux-ci sont aussi déconseillés pour traiter la migraine, sauf si toutes les autres solutions ont échoué. Pour mémoire, ils ont entraîné une crise d'addiction aux États-Unis. Dernier épisode, le premier procès fédéral relatif à cette crise américaine devait s'ouvrir lundi dernier à Cleveland. Une entente a finalement été trouvée avec les quatre sociétés pharmaceutiques.

Sondes urinaires

Smarter Medicine déconseille de poser ou de laisser en place une telle sonde à l'hôpital (en dehors des soins intensifs), si cela se fait uniquement pour des raisons de commodité, comme lorsque le patient souffre d'incontinence. Les infections urinaires causées par ces sondes sont les plus fréquentes dans les unités de soins. Or, elles augmentent la durée du séjour à l'hôpital.

Somnifères

Il s'agit, notamment, de benzodiazépines, qui provoquent souvent plus d'effets secondaires que de bénéfiques, en particulier chez les personnes âgées. Chez les aînés, ils peuvent entraîner des chutes et des fractures.

De façon plus générale, Nicolas Rodondi relève que les personnes âgées souffrant de plusieurs maladies prennent souvent trop de médicaments, parfois jusqu'à dix ou douze. «Pour parler de surmédicalisation, il faut toutefois faire une évaluation de chaque patient et avoir pour cela accès au diagnostic. Nous faisons actuellement une étude au niveau européen pour réduire les médicaments inappropriés.»

Traitements de la thyroïde

Selon plusieurs études, les patients qui prennent une substitution hormonale pour compenser des troubles de la thyroïde sont trop nombreux. L'indication la plus fréquente concerne des personnes âgées, dont la thyroïde est devenue paresseuse. Des chercheurs européens, dont Nicolas Rodondi, ont suivi durant deux ans 737 personnes dans cette situation, avec la moitié du groupe sous traitement et l'autre sous placebo. Ils concluent que la substitution hormonale restaure une fonction thyroïdienne normale, sans toutefois améliorer les symptômes. Ces aînés présentant des troubles modérés de la thyroïde ne tirent donc pas de bénéfice du traitement.

En juin 2017, une autre étude a conclu que des cancers très débutants de la thyroïde sont souvent surdiagnostiqués en Suisse. Entre 1998 et 2012, le taux d'ablation de cet organe a augmenté de 3 à 4 fois alors que le taux de mortalité lié à ce cancer n'a que légèrement diminué. Ce qui révèle un probable surtraitement. Ajoutons que la thyroïde n'est pas le seul organe qu'on enlèverait trop facilement. Dans l'Union européenne, on parle aussi d'une ablation injustifiée, sur trois, de la prostate ou du sein. Ces chiffres sont très difficiles à vérifier chez nous.

Protecteurs gastriques

Ces médicaments permettent de lutter contre les ulcères et les reflux gastriques. Dans un cas sur deux, leur prise sur le long terme n'apporte pas de bénéfice pour la santé. Or, ces inhibiteurs de la pompe à protons (IPP) peuvent produire des effets secondaires. On peut mentionner, entre autres, l'ostéoporose, des diarrhées infectieuses, des bronchopneumonies d'aspiration et des carences en vitamine B12. Jean-Michel Gaspoz souligne qu'ils sont beaucoup prescrits et sur le long terme. Dans le rapport sur les médicaments publié par Helsana, les IPP figurent au 11e rang des groupes de médicaments coûtant le plus cher en Suisse en 2017 (chez les 19-64 ans), et au 5e rang pour la quantité.

Mal de dos et radiographie

Si vous avez mal au dos depuis moins de six semaines et qu'il n'y a pas de signes d'alarme, comme un important déficit neurologique, une fièvre ou une suspicion de cancer, il n'y a pas besoin de faire une radiographie. Dans de tels cas, on va augmenter l'exposition aux radiations et les coûts, sans pour autant changer le pronostic.

Les radiographies pour diagnostiquer une rhinosinusite aiguë (infection des muqueuses du nez et des sinus durant moins de quatre semaines) non compliquée ou une fracture du nez, s'il n'y a pas de signes cliniques particuliers, sont elles aussi déconseillées. Jean-Michel Gaspoz mentionne encore la radio du thorax effectuée avant une opération. «S'il n'y a pas de suspicion d'une pathologie, elle n'apporte aucun changement dans la prise en charge du patient.» Il précise qu'il a été estimé, il y a deux ans, dans un centre hospitalier universitaire romand, que 50% des radiographies du thorax effectuées étaient inutiles. Selon le Genevois, toutefois, cette pratique est en train de changer.

«Nous manquons de données»

Nicolas Rodondi, Directeur de l'Institut de médecine de famille, à Berne

Les médecins sont-ils responsables de la surconsommation de soins?

Je crois que la responsabilité est partagée. Ils le sont parfois. Écrire une ordonnance prend une minute, alors que procéder à une analyse plus poussée déborde souvent des vingt minutes de la fameuse limite de consultation TarMed. Beaucoup de malades ont été exclus des études, ce qui ne permet pas aux médecins de prendre des décisions éclairées. Mais il peut également y avoir des pressions des patients, qui pensent que certains médicaments leur feront du bien, ou qui préfèrent cette solution plutôt que de changer leur hygiène de vie.

Quelles sont les solutions pour lutter contre ce phénomène?

Le gros problème, en Suisse, est l'absence de données. Les informations sont morcelées. Parfois, il faut négocier plus d'un an pour les obtenir. Cela complique la surveillance. Il faut aussi améliorer la formation – de base ou continue – des médecins. Et il faudrait davantage sensibiliser les patients au fait qu'en médecine, ce qui est plus cher n'est pas forcément meilleur. Finalement, le système de remboursement n'encourage pas les économies. Aujourd'hui, plus un médecin fait de gestes, plus il est payé. C'est une très mauvaise incitation.

Que peuvent faire les patients de leur côté?

Lorsque leur médecin propose un nouveau traitement, ils peuvent lui demander quel sera le bénéfice pour leur santé. Poser cette question, c'est aussi une façon de pousser le médecin à chercher les informations. L'association Smarter Medicine, qui lutte contre la prescription de traitements inappropriés, vise à favoriser la discussion entre patients et médecins. Aux États-Unis, où de telles campagnes existent depuis plus longtemps, le public est davantage impliqué. En Suisse, elles en sont encore à leurs débuts.

© Le Matin Dimanche