

Quand la médecine rend malade

15 décembre 2012 | [Louis Cornellier](#) | [Livres](#)



Photo : Agence France-Presse Brendan Smialovski

Trop de diagnostics peut donner lieu à des traitements qui sont pires que la maladie, dit Welch.

Le Surdiagnostic
Rendre les gens malades par la poursuite de la santé
H. Gilbert Welch
Avec Lisa M. Schwartz et Steven Woloshin
Traduit de l'anglais par Fernand Turcotte, M.D.
PUL

Québec, 2012, 314 pages

J'ai déjà été hypocondriaque. Au moindre dérèglement de mon corps, j'avais tendance à paniquer. Et si, me disais-je en me tâtant compulsivement, c'était un cancer ? Je regrettais, alors, de ne pas avoir accès facilement à tous les tests médicaux disponibles. Un bilan de santé exhaustif m'aurait rassuré, pensais-je.

Il y a quelques années, mon médecin de famille, que je consultais pour une minibosse sur une cuisse, souriait en me palpant. « C'est drôle ? », lui demandai-je. Il me répondit simplement que des bosses semblables, tous, en cherchant un peu, s'en trouveraient, tout en me félicitant, avec un sourire amusé, d'être un homme qui se préoccupait de sa santé. Il se moquait un peu de moi. Avec raison.

Je me suis partiellement libéré de cette fâcheuse tendance à l'hypocondrie grâce à quelques lectures. Le dernier des bien portants (PUL, 2008), un essai du médecin américain Nortin M. Hadler, m'a convaincu que l'obsession du dépistage précoce me rendait malade d'inquiétude sans me prémunir contre quoi que ce soit. Une chronique du docteur Marc Zaffran (alias Martin Winckler, romancier) sur l'inutilité des bilans de santé, parue dans le magazine Protégez-vous en mars 2011, m'a conforté dans ma nouvelle attitude.

Aujourd'hui, *Le surdiagnostic. Rendre les gens malades par la poursuite de la santé*, du médecin américain H. Gilbert Welch, raffermi mes convictions. « Les anomalies graves, écrit Welch, justifient qu'on intervienne parce que les avantages sont plus probables. Il s'avère que la meilleure stratégie pour les anomalies les plus bénignes est de les laisser tranquilles, car le dommage est plus probable. En fait, il serait plus prudent de ne pas les rechercher du tout, pour commencer. »

Tout ce qui peut aller mal

La thèse du docteur Welch, qui est aussi celle de ses collaborateurs Schwartz et Woloshin, du docteur Hadler et de leur traducteur commun, le médecin québécois Fernand Turcotte, propose littéralement un changement de paradigme médical. Ce que ces médecins remettent en question, c'est « l'idée que la meilleure manière de rester bien portant est de rechercher méticuleusement tout ce qui pourrait mal aller ».

Depuis des années, on nous répète que si, grâce au dépistage et à la médecine préventive, on parvient à débusquer les maladies avant même qu'elles soient symptomatiques, on sauvera des vies. Aujourd'hui, pendant que des hommes se font pousser la moustache en novembre pour nous inciter à nous préoccuper de notre prostate et que le rose est devenu la couleur de la lutte contre le cancer du sein, ne pas se prêter au jeu de tous les dépistages est presque considéré comme une manifestation de mauvaise foi.

Pourtant, le paradigme du diagnostic précoce ne va pas sans effets secondaires. « Alors qu'abondent les histoires de vies sauvées par le diagnostic, écrit Welch, rares sont celles narrant les vies qu'on aura ruinées par le diagnostic. Les gens se font pourtant toujours léser. Certains des torts sont minuscules, tandis que d'autres sont colossaux. » Des cas de bien portants dont la vie a été gâchée par un surdiagnostic, cet ouvrage en regorge.

Welch aime la médecine occidentale et n'a rien d'un partisan des médecines douces. Il répète à plusieurs reprises que les gens vraiment malades doivent consulter un médecin. Ce qu'il conteste, c'est la pertinence d'une médecine préventive (et non celle de la prévention), dont le zèle finit par transformer des bien portants en malades. « Trop de diagnostics, explique-t-il, peut littéralement rendre malade. [...] Des traitements inutiles peuvent réellement faire du tort. Trop de diagnostics peut donner lieu à des traitements qui sont pires que la maladie. »

Épidémie

Son livre, solidement documenté et très accessible, montre notamment comment la révision de ce qu'on désigne comme les « valeurs limites » en matière de diabète de type 2, d'hypertension, de cholestérol et d'ostéoporose transforme des millions de personnes, du jour au lendemain, en malades. Or, précise-t-il, « en traitant des gens affectés d'anomalies de plus en plus légères, la possibilité de bénéficier du traitement s'amenuise ». Par exemple, pour 100 patients diagnostiqués d'un cholestérol légèrement trop élevé et qu'on traitera toute leur vie, 8 sont des « gagnants » (le traitement les protège vraiment), 14 sont traités pour rien (ils seront gravement malades quand même) et 78 sont des « perdants » (ils n'auraient pas été malades).

Welch montre aussi que le dépistage précoce (c'est-à-dire réalisé en l'absence de symptômes) des cancers de la prostate, de la thyroïde, du poumon et du sein (ce dernier cas est peut-être le plus délicat de tous et suscite de solides controverses), de même que les échographies obstétricales, engendre des bénéfices pour quelques-uns, mais des inconvénients, parfois lourds, pour plusieurs. « Il nous faut tous interpellé la sagesse du paradoxe en vertu duquel la promotion de la santé appelle des politiques qui amènent plus de gens à se tenir pour malades », suggère-t-il.

Comment expliquer, alors, si tout cela est juste, l'épidémie de surdiagnostics ? Welch pointe quelques coupables : la passion des médecins pour le diagnostic, l'intérêt financier de l'industrie pharmaceutique, la crainte des médecins d'être poursuivis devant les tribunaux, la demande des patients eux-mêmes et la foi authentique en l'efficacité de cette approche. Pour, peut-être, quelques vies sauvées, des milliers de vies gâchées par l'angoisse, des démarches inutiles et de lourds effets secondaires. Veut-on payer ce prix ? Peut-être, mais il n'est pas inconvenant de se poser la question.

« Je crois, conclut Welch, et c'est paradoxal, que la meilleure façon de poursuivre la santé, c'est de ne pas trop s'en préoccuper. Se ronger les sangs avec les maladies qu'on pourrait développer à l'avenir peut devenir une source bien réelle d'anxiété. Cela peut conduire à consommer trop de services de santé, ce qui mène tout droit au surdiagnostic. » Je continue de travailler à m'en convaincre.