

En France, la prise en charge des maladies chroniques représente un véritable enjeu de santé publique, tant en termes de qualité de vie pour les patients que de gestion des coûts pour le système de santé. Face à la complexité de certaines pathologies, il n'est pas rare que le patient doive consulter plusieurs spécialistes. Pourtant, cette multiplication des consultations expose souvent à une redondance des examens et des prescriptions, source de coûts inutiles, de fatigue pour le patient et de perte de temps précieux pour tous. Alors, comment optimiser ce parcours de soins tout en évitant les examens redondants ?

1. Maladies chroniques en France : un enjeu majeur de santé publique

Les maladies chroniques touchent environ 15 millions de Français. Elles incluent des affections telles que le diabète, la polyarthrite, les maladies cardiovasculaires, et aussi des maux moins visibles mais tout aussi invalidants comme la douleur chronique. Ces pathologies nécessitent un suivi médical régulier et souvent pluridisciplinaire.



- **Poids sur le système de santé** : Selon la Haute Autorité de Santé (HAS), les maladies chroniques mobilisent 60% des dépenses de santé et 70% des hospitalisations.
- **Impact sur la qualité de vie** : La douleur chronique, par exemple, affecte profondément le bien-être, le sommeil, et l'état psychologique des patients.
- **Besoin de coordination** : Le suivi implique divers professionnels : généralistes, spécialistes, paramédicaux, tous devant échanger efficacement pour assurer une prise en charge adaptée.

2. Douleur chronique et qualité de vie : un défi quotidien

La douleur chronique est une problématique complexe qui peut durer des mois, voire des années. Elle est souvent résistante aux traitements traditionnels et impacte fortement l'activité quotidienne et le moral. Les patients consultent fréquemment plusieurs spécialistes (rhumatologues, neurologues, anesthésistes, psychiatres...), chacun pouvant prescrire des examens complémentaires.

3 exemples concrets où la redondance peut être évitée :

1. **Même imagerie demandée par plusieurs spécialistes** : Par exemple, un scanner ou une IRM déjà réalisée peut être réexigée faute d'accès facile aux résultats.
2. **Analyses sanguines répétées** : Multiplication de prises de sang quand les résultats précédents sont inconnus ou non partagés.
3. **Tests fonctionnels redondants** : Par exemple, des tests d'évaluation de la mobilité ou de la douleur peuvent être refaits sans nécessité si les comptes rendus sont centralisés.

3. Options thérapeutiques reconnues et évolutions récentes

La prise en charge évolue avec des options validées par les autorités françaises et européennes :

- **Traitements médicamenteux diversifiés** : De nouveaux médicaments anti-inflammatoires, antidouleur ou modificateurs de la maladie sont régulièrement approuvés.
- **Approches multidisciplinaires** : Intégration de la kinésithérapie, de la psychothérapie, de la rééducation et de l'éducation thérapeutique.
- **Accès encadré au cannabis thérapeutique** : Depuis 2021, un cadre strict permet son usage pour certains patients, sous contrôle médical précis.

4. Le cannabis thérapeutique : un accès encadré depuis 2021

La réglementation française encadre rigoureusement l'accès au cannabis à visée thérapeutique. Il n'est pas un traitement miracle mais une option complémentaire à envisager dans des cas bien définis (douleur neuropathique réfractaire, certains symptômes associés à la sclérose en plaques...). Voici ce qu'il faut retenir :

- **Prescription seulement via un protocole** : Le patient doit être suivi par un spécialiste et inscrit dans un dispositif expérimental.
- **Dispensation en pharmacie** : Sous forme standardisée et contrôlée, permettant une meilleure sécurité d'usage.
- **Suivi médical strict** : Visites régulières pour évaluer l'efficacité et les éventuels effets indésirables.

5. Lire les recommandations HAS pour comprendre le parcours recommandé

La Haute Autorité de Santé publie des guides clairs et détaillés sur la prise en charge des patients atteints de maladies chroniques. Ces recommandations aident professionnels et patients à suivre un parcours coordonné et efficace, réduisant les examens inutiles :

- **Structurer la coordination entre spécialistes** : Élaborer un plan de soins partagé.
- **Standardiser les étapes diagnostiques** : Prioriser certains examens avant d'en faire de nouveaux.
- **Favoriser la réévaluation et la concertation** : Pour éviter le doublon d'investigations.

En consultant facilement ces référentiels, patients et médecins peuvent mieux anticiper les examens nécessaires et organiser les échanges autour du dossier médical.



6. Centraliser les documents dans le DMP (Dossier Médical Partagé)

Un outil essentiel pour éviter la redondance : le **Dossier Médical Partagé (DMP)**. Il s'agit d'une plateforme numérique sécurisée permettant de rassembler tous les documents médicaux du patient :

- **Comptes rendus d'examens et consultations**
- **Résultats d'analyses biologiques**
- **Prescriptions médicales**
- **Historique des traitements**

En activant et alimentant le DMP, le patient donne à chaque spécialiste un accès direct à l'ensemble de son parcours médical, ce qui :

- Diminue le risque de refaire inutilement des examens déjà réalisés
- Permet une meilleure coordination et concertation entre professionnels
- Accélère les prises de décision thérapeutiques

Comment utiliser concrètement le DMP ?

[santé mentale](#) [douleur chronique](#)

1. **Créer son DMP** : Facilement via internet ou avec l'aide de son pharmacien ou médecin.
2. **Y faire déposer ses documents médicaux** : À chaque consultation ou hospitalisation, demander que les comptes rendus y soient intégrés.
3. **Partager avec ses spécialistes** : Autoriser l'accès aux médecins qui vous suivent, pour qu'ils puissent consulter vos données actualisées.

7. Questions à poser avant une consultation chez un nouveau spécialiste

Pour limiter les examens redondants, il est important que le patient prépare sa consultation en posant les bonnes questions :

- Quels examens ai-je déjà réalisés qui peuvent être utiles ?
- Comment puis-je vous transmettre mes comptes rendus précédents ? (via DMP ou autre)
- Quelle sera votre stratégie pour éviter de multiplier les examens ?
- Comment envisagez-vous la coordination avec mes autres médecins ?

Conclusion

Éviter les examens redondants quand on consulte plusieurs spécialistes est possible et même souhaitable, tant pour la qualité des soins que pour le confort du patient et la maîtrise des dépenses de santé. Les outils numériques comme le DMP, associés aux recommandations de la HAS et à une communication claire entre le patient et les professionnels de santé, représentent les clés d'une meilleure coordination. De plus, l'intégration réfléchie de nouvelles options thérapeutiques, comme le cannabis médical, peut s'inscrire dans un parcours personnalisé, toujours supervisé.

Ainsi, pour toute personne atteinte de maladie chronique, la vigilance sur ses documents médicaux, la proactivité dans les échanges avec les spécialistes, et l'utilisation des ressources disponibles sont les meilleures stratégies pour un parcours de soins fluide et efficace.