

Jean Gabriel Jeannot¹

Médecine 2.0: Internet, le médecin et son patient

Compte-rendu d'un workshop qui s'est tenu dans le cadre de la SFD Conference, les 29 et 30 août, à Berne

La médecine est une science de connaissance, maîtriser cette gigantesque source d'informations qu'est Internet est devenu pour le médecin indispensable. Quels sites utiliser pour répondre aux questions cliniques que vous vous posez? Quels sites conseiller à vos patients? Quelle est l'utilité des réseaux sociaux, de Facebook, de Twitter? Les médecins peuvent et doivent avoir un rôle actif sur Internet. Pour eux mais aussi pour leurs patients.

Pour les médecins

Utiliser Internet en médecine n'est pas compliqué. Pour être un peu schématique, nous pourrions dire que deux sites suffisent, un moteur de recherche et un site médical: Google et UpToDate par exemple. Au fil de ses navigations, le médecin pourra ensuite découvrir d'autres sites qui lui seront utiles. Ces sites devront être enregistrés dans les favoris de son navigateur afin d'être retrouvés facilement lorsqu'il en aura besoin.

Les adresses de la plupart des sites présentés dans ce document ne sont pas données, vous pourrez les retrouver facilement en passant par un moteur de recherche, Google par exemple.

Le médecin pourra utiliser différents types de sites.

Les sources d'informations

Google, UpToDate, Safetravel, etc. Pour ceux qui apprécient la facilité d'utilisation de Google, nous pouvons conseiller l'utilisation de «Moteur-de-recherche-medical.org», un «Google médical» créé par le soussigné. Ce moteur utilise la puissance de Google

tout en favorisant les sites médicaux de qualité.

Rechercher des sites médicaux de qualité:
<http://www.moteur-de-recherche-medical.org>

Internet est aussi utile pour les questions médicales «simples», on peut par exemple citer le Compendium Suisse des Médicaments². Ce site est utile pour deux raisons en tout cas: la première est que la version Internet du Compendium va

rapidement devenir indispensable avec la disparition de la version papier, la seconde est que certaines fonctions ne sont disponibles qu'avec Internet, nous pensons par exemple au module de vérification des interactions médicamenteuses.

L'Académie suisse des sciences médicales (ASSM) permet aux médecins en cabinet qui ne disposent pas encore d'un accès à UpToDate de souscrire un abonnement d'introduction à prix réduit pour

une durée d'un an (au prix de 190 CHF au lieu de 499 USD). Il est aussi possible par l'ASSM d'obtenir un accès gratuit à la librairie Cochrane.

Les outils

Par exemple le FRAX³ qui permet d'évaluer en quelques clics le risque d'ostéoporose ou l'Opioid calculator⁴ qui permet de convertir une dose d'un opiacé en une dose équivalente d'un autre opiacé.

«Les documents de référence»

On pourrait en exemple citer le site de Swissmedic qui propose un modèle d'attestation médicale pour les patients qui voyagent à l'étranger avec des stupéfiants ou des substances psychotropes.

Utiliser internet en médecine signifie pour le patient une meilleure qualité des soins et pour le médecin une plus grande satisfaction dans son travail.

Pour ceux qui souhaitent en savoir plus, vous pourrez vous connecter sur le site «Medicalinfo, les meilleurs sites médicaux»⁵, justement consacré à l'utilisation d'Internet en médecine.

Le web enrichit la relation médecin-patient

L'utilisation d'Internet fait à présent partie du quotidien pour la plupart des Suisses, pour un usage tant privé que professionnel [1]: 85% des Suisses ont utilisé Internet au cours des 6 derniers mois, et 79% – soit environ 5 millions – surfent sur le Web plusieurs fois par semaine ou plus souvent. Parmi ces internautes, 44% disent utiliser Internet pour des informations sur la santé [2].

Une étude réalisée en France intitulée «A la recherche du ePatient» [3] montre que «les informations trouvées sur le net permettent de mieux prendre en charge sa santé ou celle de ses proches pour 61% des utilisateurs. Elles rendent la relation médecin-patient plus positive, grâce à des échanges plus riches (58%) et renforcent la confiance dans les médecins consultés pour 1 internaute santé sur 2».

Lors des recherches d'information avant une consultation (19% des internautes santé), celles-ci sont essentiellement réalisées pour mieux comprendre ce que le médecin va dire (63%), pour pouvoir discuter avec lui du traitement (53%) ou pour poser de meilleures questions (42%). Les recherches réalisées après une consultation (34% des internautes santé) sont destinées à chercher des informations complémentaires sur la maladie (72%) ou sur les médicaments et les traitements (44%).

Plutôt que de voir l'utilisation d'Internet par les patients comme une menace, le médecin doit la voir comme une opportunité. Le temps disponible à la consultation étant limité, la recherche d'informations par le patient lui-même est essentielle, en particulier pour les maladies chroniques. Cette recherche d'informations par les patients a aussi d'autres avantages. Premièrement, elle permet au patient de jouer un rôle plus actif dans la gestion de sa maladie et donc de mieux prendre en charge ses problèmes de santé. Deuxièmement, elle lui permet d'obtenir des informations que son médecin ne pourrait pas lui donner. Quand on les interroge,

¹ L'auteur est le concepteur et le responsable des sites Moteur-de-recherche-medical.org et Medicalinfo.ch, il est aussi l'administrateur du «Groupe Facebook des médecins romands».

² <http://www.kompendium.ch/search/fr>

³ <http://www.rheumatipp.ch/index.php/tools/frax-risikorechner-fuer-osteoporotische-frakturen>

⁴ <http://opioidcalculator.practicalpainmanagement.com/>

⁵ <http://www.medicalinfo.ch>

les patients disent volontiers qu'il y a certaines informations qu'ils ne peuvent pas apprendre de leurs soignants, mais plutôt de leurs pairs atteints de la même maladie qu'eux.

Prescrire des sites Internet

Face à ces patients qui recherchent des informations sur Internet, la première étape pour le médecin est de se montrer ouvert et de

Plutôt que de voir l'utilisation d'Internet par les patients comme une menace, le médecin doit la voir comme une opportunité.

ne pas simplement déclarer «internet, on y trouve n'importe quoi». Les patients seront très reconnaissants envers leur médecin s'ils peuvent échanger avec lui sur ce qu'ils ont trouvé sur le web.

La deuxième étape est de diriger ses patients vers des sites médicaux de qualité, il en existe actuellement de très nombreux, y compris en français. Le but premier étant de

leur donner une alternative à l'utilisation de Google.

On peut schématiquement classer ces sites en trois types distincts:

- Les portails médicaux: Ils permettront aux patients de trouver des informations validées. Le premier site à conseiller est le portail médical romand «Planète santé»⁶. Une alternative pourrait être le site canadien Passeport santé.
- Les sites consacrés à une maladie. On peut à titre d'exemple penser au site de l'association romande de la coeliakie pour les intolérants au gluten ou au site «Nephroblog, guide de survie en néphrologie»⁷ qui propose des contenus pour les patients souffrants d'affections rénales.
- En cas de recherche infructueuse avec les sites mentionnés ci-dessus, il sera toujours possible de conseiller le site «Moteur de recherche médical»⁸.

Même si les sites qui peuvent être conseillés aux patients sont nombreux, il est essentiel de savoir que de simplement conseiller un unique site, «Planète santé» par exemple, sera déjà très apprécié par les patients.

La médecine 2.0

En plus de l'implication toujours plus grande des patients dans les processus de soins, une autre révolution va bouleverser la médecine: la médecine 2.0. Pour comprendre ce concept, il faut d'abord comprendre la différence entre le web 1.0 et le web 2.0.

Le web 1.0 est l'Internet «classique», celui où l'internaute consulte de l'information mais sans pouvoir donner son avis. En opposition, le web 2.0 représente le web participatif, communautaire, où chacun peut s'impliquer, transmettre son expérience personnelle. Comme exemple non médical, on peut penser au site de voyage Tripadvisor où tout un chacun peut donner son avis et publier des photos sur l'hôtel dans lequel il aura séjourné. Formulé autrement, on peut dire que dans le web 2.0 «l'utilisateur a de la valeur».

La médecine 2.0 est donc ce même concept appliqué à la médecine. On peut penser aux forums médicaux ou au site de communautés de patients où il est possible d'échanger avec ses pairs sur sa maladie et ses traitements. Mais la médecine 2.0 n'est pas réservée qu'aux patients, l'échange peut se faire entre patients et médecins ou uniquement entre professionnels de la santé. Pour

reprandre une citation du Dr Dominique Dupagne, responsable du site médical Atoute.org, «l'avenir est là, dans la mise en forme de l'intelligence collective des soignants, des patients et des scientifiques et dans l'invention de nouveaux outils pour y accéder» [4]. Bien qu'actuellement seule une minorité de patients et de médecins soit impliquée dans cette médecine 2.0, il s'agit à nos yeux d'un mouvement qui va jouer un rôle toujours plus important. En réalité, la médecine 2.0 est déjà partout. Si un site est, pour une recherche donnée, bien classé dans les résultats de Google, c'est en partie parce que des utilisateurs ont fait des liens vers ce site, un exemple «d'intelligence collective». Un autre exemple est l'encyclopédie libre Wikipedia, créée par ses utilisateurs.

Avec cette idée que «les utilisateurs ont de la valeur», on peut aussi penser aux réseaux sociaux et aux communautés médicales: Facebook, Twitter, etc.

Facebook

Bien que Facebook ne soit pas notre réseau préféré, force est de constater que la création de Mark Zuckerberg est parfois utile aux médecins. On peut dans le domaine de la défense des intérêts professionnels citer l'exemple des médecins français qui ont autour du groupe «Les médecins ne sont pas des pigeons» réunis plus de 25 000 personnes. Facebook peut aussi avoir une utilité clinique: en 2012, Facebook a offert à ses utilisateurs la possibilité d'indiquer s'ils sont des donneurs d'organes potentiels. Aux États-Unis, cette fonctionnalité a occasionné une forte hausse du nombre de donneurs [5]. En même temps que le lancement de l'option Facebook, Swisstransplant a effectué une opération sur les réseaux sociaux qui a entraîné 14 000 demandes de cartes de donneur au cours des deux premières semaines [5].

Les médecins romands intéressés pourront rejoindre le «Groupe Facebook des médecins romands» où l'on peut trouver «Toutes les informations dont les médecins romands ont besoin pour vivre leur profession avec passion». Si vous n'êtes pas encore inscrit, faites-le et publiez!

Twitter

Un récent sondage effectué en juillet 2013 sur la liste de messagerie des médecins romands montre qu'en Suisse romande, les médecins utilisent encore peu les réseaux sociaux: 76% déclarent n'utiliser aucun réseau, 15% Facebook, 10% LinkedIn et 3% Twitter. Quelles raisons pourraient pousser un médecin à utiliser Twitter? Premièrement, pour s'informer. Twitter permet une veille informative sur des sujets très précis. Deuxième raison, pour échanger entre collègues [6]. Le Dr Kevin Pho, auteur du blog Kevin MD, y ajoute une dimension qui nous paraît essentiel: pour nos patients, pour les informer mais aussi pour les «écouter» [7, 8]. Pour Kevin Pho, Twitter permet d'informer les patients sur les sujets «santé» d'actualité. Mais aussi de «dissiper les mythes»: «les informations santé publiées en ligne peuvent être inexactes, les médecins doivent utiliser les médias sociaux pour contrer les mythes perpétués par des informations de santé inexactes».

Why should physicians pay attention to social media? «Because that's where your patients are going to be» [8]

La médecine participative

Let the patient revolution begin. C'est le titre d'un récent éditorial du British Medical Journal [9]. On peut y lire le rôle que les patients vont jouer à l'avenir, leur implication croissante en tant qu'acteurs

⁶ <http://www.planetesante.ch>

⁷ <http://nephroblog.org/>

⁸ <http://www.moteur-de-recherche-medical.org>

de leur prise en charge, en partenariat avec leurs médecins, dans une démarche de décision partagée».

Si la médecine 1.0 nous a donné accès à la connaissance, la médecine 2.0 nous donne en plus accès aux individus. Il peut s'agir des patients entre eux, des professionnels de la santé entre eux ou des médecins avec leurs patients! Cela s'appelle la médecine participative. Même si d'une certaine façon nous exerçons tous cette médecine depuis toujours sans le savoir, nous allons vivre ces prochaines années une intensification de ce mouvement. Une magnifique opportunité pour les professionnels de la santé.

Patients and caregivers want to share what they know to help other people. Technology helps to surface and organize that knowledge to make it useful for as many people as possible. [10]

Implications pour la pratique

- Internet est devenu pour le professionnel de la santé une source d'informations indispensable. Pour être efficace, le médecin n'a pas besoin de connaître de très nombreux sites.
- Face à ses patients qui cherchent des informations sur Internet, le médecin doit se montrer ouvert. Il devrait, idéalement, aussi pouvoir leur conseiller les sites médicaux à utiliser.
- La médecine participative 2.0 aura toujours plus d'impact sur le travail quotidien du médecin, un mouvement à suivre qui va enrichir le travail du médecin mais aussi la relation médecin-patient.

Références

- 1 NET-Metrix AG. «NET-Metrix-Base». Site de NET-Metrix [En ligne]. <http://www.net-metrix.ch/fr/produits/net-metrix-base/publication> (Page consultée 01.09.2013).
- 2 Golder L, Imfeld M, Tschöpe S, Kocher JP, Ratelband-Pally S. Les initiatives des autorités en matière de cyberadministration répondent aux besoins de la population. L'important en bref. Site de la Confédération suisse. [En ligne]. <http://www.news.admin.ch/NSBSubscriber/message/attachments/24574.pdf> (Page consultée 01.09.2013).

- 3 Cerisey C, Klein E, Marsico G, Mignon L. A la recherche du ePatient. Site de Patients & Web. [En ligne]. <http://www.patientsandweb.com/wp-content/uploads/2013/04/A-la-recherche-du-ePatient-externe.pdf> (Page consultée 01.09.2013).
- 4 Dupagne D. Comment les conflits d'intérêts ont tué la médecine 1.9. Site de Atoute.org. [En ligne]. <http://www.atoute.org/n/Comment-les-conflits-d-interets.html> (Page consultée 01.09.2013).
- 5 Duvillard L. Facebook dope le nombre de donneurs d'organes. Site de la Tribune de Genève. [En ligne]. <http://www.tdg.ch/savoirs/sante/facebook-dope-nombre-donneurs-organes/story/31616647> (Page consultée 01.09.2013).
- 6 Maudet E. Mon médecin est sur Twitter. Site de Viva-presse.fr. [En ligne]. http://www.viva.presse.fr/Mon-medecin-est-sur-Twitter_17089.html (Page consultée 01.09.2013).
- 7 Pho K. Physicians and Social media. Site de Medical Massachusetts Medical Society. [En ligne]. <http://blog.massmed.org/index.php/2011/12/2011-ethics-forum-social-media-and-physicians/> (Page consultée 01.09.2013).
- 8 A Tweet a Day Keeps the Doctors Away. Site de Allied Health Careers. [En ligne]. <http://www.alliedhealthworld.com/visuals/tweet-day-keeps-doctors-away.html> (Page consultée 01.09.2013).
- 9 Richards T, Montori VM, Godlee F, Lapsley P, Paul D. Let the patient revolution begin. *BMJ* 2013;346:f2614
BMJ 2013; 346 doi: <http://dx.doi.org/10.1136/bmj.f2614> (Published 14 May 2013)
- 10 Fox S. Médecine 2.0: soins Peer-to-peer. Site de Pew Internet. [En ligne]. <http://www.pewinternet.org/Reports/2011/Medicine-20/Part-1.aspx> (Page consultée 01.09.2013).

Correspondance:

Dr Jean Gabriel Jeannot
Spécialiste FMH en médecine interne
Faubourg du lac 12
2000 Neuchâtel
contact[at]medplus.ch
Twitter: MedplusCh