

## LA LUDOMANIE : LA DÉPENDANCE AUX JEUX D'ARGENT

Le jeu compulsif est une forte addiction aux jeux et paris, le ludomane aime les jeux avec passion malgré les conséquences négatives et au-delà du désir d'arrêter.

Synonymes : Jeu pathologique , jeu excessif.

Le "craving" : Le cerveau du joueur cherche à être contenté et empêche de jouer de manière responsable.

### QUELS SONT LES SYMPTÔMES ? LES CRITÈRES DE DIAGNOSTIC

- Augmentation des sommes pour augmenter son excitation ;
- Mal Être entraîné par les tentatives d'arrêts qui provoquent une envie de jouer pour se sentir mieux ;
- Quand vous perdez, vous retournez jouer systématiquement pour vous « refaire » ;
- Dissimulation de la dépendance au jeu à son entourage tout en les sollicitant pour obtenir de l'argent ;
- Isolement car les autres ne vous comprennent plus.

### LE DSM V DE L'AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (CLASSIFICATION DES TROUBLES MENTAUX) RETIENT 11 CRITÈRES DE DIAGNOSTIC :

- Besoin impérieux et irrépissible de consommer la substance ou de jouer (craving)
- Perte de contrôle sur la quantité et le temps dédié à la prise de substance ou au jeu
- Beaucoup de temps consacré à la recherche de substances ou au jeu
- Augmentation de la tolérance au produit addictif
- Présence d'un syndrome de sevrage, c'est-à-dire de l'ensemble des symptômes provoqués par l'arrêt brutal de la consommation ou du jeu
- Incapacité de remplir des obligations importantes
- Usage même lorsqu'il y a un risque physique
- Problèmes personnels ou sociaux
- Désir ou efforts persistants pour diminuer les doses ou l'activité
- Activités réduites au profit de la consommation ou du jeu
- Poursuite de la consommation malgré les dégâts physiques ou psychologiques

Ces critères permettent de caractériser le degré de sévérité de l'addiction :

- Présence de 2 à 3 critères : addiction faible
- Présence de 4 à 5 critères : addiction modérée
- Présence de 6 critères ou plus : addiction sévère

### CONTOURNER SA DÉPENDANCE DANS UN 1ER TEMPS

- Reconnaître les déclencheurs du besoin et s'y adapter :
  - Ne pas passer devant des lieux de jeu
  - éviter les situation de tentation (bruit des jetons, pièces et cartes de jeux)
  - S'interdire les accès aux sites de jeux par le site : <https://anj.fr/ts/demande-interdiction>

### QUANTIFIER SON DEGRE DE DEPENDANCE

Le ICJE (Indice Canadien du jeu excessif) est un autoquestionnaire de 9 questions, pour mesurer son degré de dépendance au jeu : <https://www.addictaide.fr/parcours/icje/>

### LES CONSÉQUENCES SOCIALES

La ludomanie est un cercle non vertueux : mentir entraîne de la culpabilité, la culpabilité impacte l'estime de soi. Pour apaiser cette souffrance, la personne joue.

## QUELS SONT LES TRAITEMENTS ? LES MODALITÉS DU SEVRAGE

Le traitement est basé sur la thérapie cognitivo-comportementale avec soutien médicamenteux.

L'annuaire des praticiens comportementalistes :

- <https://www.aftcc.org/>
- <https://www.annuaire-therapeutes.com/therapeutes/249-therapie-comportementale-et-cognitive-tcc/83-var>

L'accompagnement social :

- <https://sosjoueurs.org/>
- <https://www.addictaide.fr/jeux-dargent/en-parler/>

Sites de références :

<https://www.addictaide.fr/jeux-dargent/>

<https://ifac-addictions.chu-nantes.fr/comment-engager-une-demarche-de-soins-1>