

# Les médicaments de type opioïdes : Informations pour les patients et leur familles

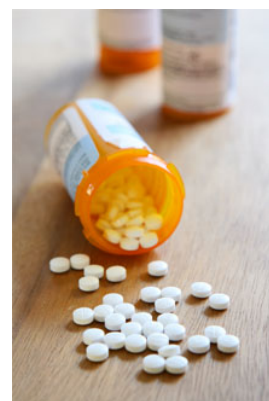


Image credit: Adobe Stock

**Sommaire :** Les opioïdes sont un groupe de médicaments similaires qui sont utilisés pour aider à supporter la douleur. Pour la plupart des gens, les opioïdes peuvent être utilisés en toute sécurité et réduire la douleur et aider les gens à être plus actifs. Malheureusement, certaines personnes peuvent ressentir des effets secondaires, et même une dépendance. Les bonnes nouvelles sont qu'il y a beaucoup de choses que vous et votre médecin pouvez faire pour vous assurer que vos opioïdes sont utiles.

## Que sont les opioïdes ?

Les opioïdes comprennent plusieurs médicaments similaires qui sont utilisés pour soulager la douleur.

Il existe différents types d'opioïdes, avec des noms différents. Par exemple Percocet®, OxyContin®, Tylenol® No. 2, Tramacet®.

Du côté positif, les opioïdes sont utilisés pour améliorer votre capacité à être actif et réduire la douleur.

- Votre médecin et vous fixerez des objectifs et ensemble, vous assurez que le médicament est efficace pour atteindre leurs objectifs, par exemple; en améliorant votre capacité à faire les choses que vous aimez faire avant que la douleur ne vous en empêche.
- Si vous semblez tirer un bénéfice de médicaments contre la douleur, votre médecin vous verra pour des visites de suivi afin d'évaluer la douleur, les effets indésirables, et votre capacité à atteindre vos objectifs d'activité fixés.

## Quels sont les effets secondaires ?

Chez certaines personnes, les opioïdes chez certaines personnes peuvent causer des effets secondaires tels que :

- Nausées (28 % des patients l'ont signalé),
- Constipation (26 %),
- Somnolence (24 %), Vertiges (18 %),
- Peau sèche/Démangeaisons (15 %), et
- Vomissements (15 %).

Bien que les opioïdes puissent avoir des effets secondaires, la bonne nouvelle c'est que votre médecin peut réduire ou prévenir ces effets secondaires en :

- Augmentant progressivement la dose du médicament
- En utilisant des médicaments contre les nausées et des stimulants intestinaux.

## Qu'en est-il de la dépendance aux opioïdes ?

---

- Certaines personnes sont à risque de devenir dépendantes aux opioïdes qu'ils/elles utilisent. Une dépendance signifie qu'une personne utilise le médicament pour "être défoncée," et ne peut pas contrôler l'envie de prendre le médicament.
- Votre médecin vous posera des questions et discutera de toute préoccupation avec vous au sujet de votre possibilité de développer une dépendance.
- Les bonnes nouvelles sont que la plupart des patients ne deviennent pas "défoncés" par la prise d'opioïdes. De plus, la dépendance est peu probable si votre risque de dépendance est faible. Cependant, vous pourriez avoir un risque plus élevé si vous avez eu des problèmes dans le passé avec la dépendance à d'autres drogues ou à l'alcool.

## Comment puis-je utiliser mes opioïdes en toute sécurité : Stratégie à utiliser

---

- Prenez le médicament comme votre médecin l'a prescrit.
- N'ayez qu'un seul médecin qui le prescrive pour vous. N'obtenez pas ce médicament d'un autre médecin, sauf si les deux le savent et que vous avez deux ordonnances pour opioïdes.
- Fournissez un échantillon d'urine si on vous y invite à le faire. Si on vous demande de fournir un échantillon de médicament, vous devez montrer tous les médicaments que vous prenez et vous assurer que la combinaison de médicaments ne vous met pas à risque.
- Gardez vos ordonnances dans un endroit sécuritaire. Votre médecin vous donnera une ordonnance pour la quantité de médicament qui va durer jusqu'à votre prochain rendez-vous. Si vous en manquez trop tôt ou perdez votre prescription, votre médecin ne vous en fournira probablement pas d'autre. Si vous ne pouvez pas suivre ces précautions, il peut être dangereux pour votre médecin de prescrire des médicaments opioïdes pour vous.
- Entrez les médicaments de façon sûre à la maison.

## À ne pas faire

---

- Ne conduisez pas pendant que votre dose est augmentée graduellement ou si le médicament vous rend somnolent ou vous fait sentir confus.
- Ne partagez pas vos médicaments avec d'autres. Les médicaments que votre médecin vous a prescrit est une chose à laquelle votre corps s'est habitué au fil du temps. Toutefois, si vous partagez vos médicaments avec quelqu'un d'autre, cette personne pourrait avoir une réaction grave, y compris la mort ! Ne donnez donc pas votre médicament à quelqu'un d'autre - c'est illégal et cela pourrait leur nuire.
- Ne prenez pas les opioïdes de quelqu'un d'autre, pour les mêmes raisons que celles décrites ci-dessus. Les médicaments de quelqu'un d'autre ont été soigneusement augmentés au fil du temps, avec leur médecin, en surveillant attentivement les effets secondaires. Si vous commencez soudainement à prendre les médicaments de quelqu'un d'autre, cela pourrait être extrêmement dangereux.
- Ne gardez pas vos médicaments dans l'armoire à pharmacie à la maison. La recherche a montré que les autres personnes de l'entourage, en particulier les adolescents, pourraient trouver et se servir eux-mêmes de ces médicaments.

## Retrait d'opioïde : À faire et à ne pas faire

---

- N'arrêtez pas subitement de prendre votre médicament. Si vous arrêtez brusquement, vous pouvez ressentir une réaction de retrait. Les symptômes de sevrage ne signifient pas que vous êtes dépendant - juste que vous avez arrêté le médicament trop rapidement - votre médecin vous dira comment arrêter lentement ce médicament afin de ne pas avoir cela. Le retrait n'est pas dangereux, mais il peut vous mettre très mal à l'aise.
- Soyez au courant des symptômes de sevrage tels que :
- Les symptômes qui ressemblent à la grippe, par exemple nausées, diarrhée, et frissons.
- Faites-le savoir à votre médecin si vous arrêtez de prendre vos médicaments pendant plus de quelques jours. Si vous interrompez votre prise de médicaments pour trois jours ou plus pour n'importe quelle raison, ne recommencez pas à les prendre sans consulter un médecin.

## Surdose d'opioïdes : À faire et à ne pas faire

---

Lorsqu'ils sont utilisés de manière appropriée, les opiacés peuvent être très utiles. Toutefois, si vous en prenez trop, cela peut conduire à une surdose. La surdose d'opioïdes est rare, mais vous et votre famille devraient être au courant des signes.

- Assurez-vous que vous et les membres de votre famille sont conscients des signes suivants de surdosage
  - Troubles d'élocution ou discours traînant
  - Devenir contrarié ou pleurer facilement
  - Perte d'équilibre
  - Somnolence pendant une conversation ou une activité
  - Un surdosage signifie que la pensée et la respiration ralentissent - cela pourrait entraîner des dommages au cerveau, un traumatisme, et la mort.
- Contactez un médecin si vous remarquez l'un des signes ci-dessus !
- Ne prenez pas d'alcool ou de drogues sédatives si vous prenez des opioïdes car le mélange peut augmenter votre risque de surdosage.

## Pour plus d'informations

---

Le Centre national de la douleur à l'Université McMaster est une riche source d'information fiable et complète pour les patients et les professionnels.

- Les documents utiles pour les patients sont les suivants :
  - Est-ce que vous prenez des opioïdes (analgésiques) pour votre douleur ? (Anglais)  
<http://nationalpaincentre.mcmaster.ca/documents/AreYouTakingOpioidsEnglishJan2014.pdf>
  - Est-ce que vous prenez des opioïdes (analgésiques) pour votre douleur ? (Français)  
<http://nationalpaincentre.mcmaster.ca/documents/AreYouTakingOpioidsFrenchApr2014.pdf>

## À propos de ce document

---

Écrite par le eMentalHealth.ca, à partir de matériaux provenant de la Directive Canadienne pour une Utilisation Sûre et Efficace des Opioïdes pour les Douleurs Chroniques Non-Cancéreuses. Remerciements spéciaux pour le soutien à Dr Norm Buckley et au Centre National de la Douleur, sans leur appui, ce document ne serait pas possible.

Nous remercions Paul Gauthier, étudiant en médecine de l'Université d'Ottawa, classe de 2017, pour la correction de cette version francophone du document.

## Références

---

Directive Canadienne pour une Utilisation Sûre et Efficace des Opioïdes pour les Douleurs Chroniques Non-Cancéreuses Canada : Groupe National Directive pour l'Utilisation des Opioïdes (NOUGG); 2010. Version originale disponible à partir de: <http://nationalpaincentre.mcmaster.ca/opioid/>

## Avertissement

---

Les informations contenues dans cette brochure sont offerts "telles quelles" et sont destinées uniquement à fournir des renseignements généraux qui complètent, mais ne remplacent pas, les informations de votre responsable de santé. Contactez toujours un professionnel de la santé qualifié pour de plus amples informations dans votre situation personnelle ou des circonstances spécifiques.

## Licence Creative Commons

---

Vous êtes libre de copier et distribuer ce document dans son intégralité en tenant compte des limites suivantes; 1) ce document n'est pas utilisé d'une façon qui suggérerait que nous vous approuvons vous-même ou votre utilisation de ce document 2) ce document n'est pas utilisé à des fins commerciales (non commercial), 3) ce document n'est pas modifié de quelque façon que ce soit (pas de travaux dérivés). Voir la licence complète sur <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/2.5/ca/>