eSantéMentale.ca

Mirtazapine (Remeron)



Image credit: Adobe Stock

Sommaire : La mirtazapine (Remeron®, Remeron SolTab®) appartient au groupe de médicaments appelés antidépresseurs mais peut aussi être utilisé dans le cadre du traitement d'autres conditions comme l'anxiété et les troubles du sommeil.

Dans quels cas utilise-t-on la mirtazapine?

La mirtazapine est utilisée dans différentes conditions, y compris:

- La dépression
- La dépression associée au trouble bipolaire
- Les troubles anxieux tels que le trouble de stress post-traumatique et le trouble panique
- Les troubles du sommeil (insomnie)

Votre médecin pourrait vous prescrire ce médicament pour une autre raison. Si vous avez des doutes sur les raisons pour lesquelles on vous prescrit ce médicament, veuillez demander des explications à votre médecin.

Comment la mirtazapine agit-elle?

La mirtazapine stimule l’activité de certaines substances chimiques dans le cerveau connues sous le nom de norépinephrine et sérotonine. On pense que certaines substances chimiques dans le cerveau, telles que la norépinephrine et la sérotonine, n’agissent pas de manière adéquate chez les personnes atteintes de dépression. Le mécanisme grâce auquel la mirtazapine atténue les symptômes de la dépression n’est pas encore complètement connu.

Utilisation de la mirtazapine chez les enfants et chez les adolescents

La mirtazapine est principalement utilisé chez les adultes, mais dans certains cas, peut être utilisé avec des enfants et des adolescents. Tout comme de nombreux médicaments utilisés pour traiter les troubles de l’enfance, l’utilisation de la mirtazapine n’a pas été approuvée par Santé Canada pour les enfants et les adolescents.

Lorsque les effets bénéfiques éventuels (p.ex., l'atténuation de vos symptômes) découlant de l'utilisation de la mirtazapine l'emportent sur les risques potentiels (p.ex., les effets secondaires), bon nombre de médecins peuvent la prescrire.

Comment la mirtazapine doit-elle être prise?

La mirtazapine est vendue soit en comprimé ordinaire soit en comprimé qui se dissout dans la bouche (Remeron SolTab®). En règle générale, la mirtazapine doit être prise une fois par jour avec ou sans nourriture.

Ce médicament devrait être pris à la même heure chaque jour (d'habitude avant de se coucher) selon les recommandations de votre médecin. Essayez de le prendre en même temps qu'une de vos activités quotidiennes (par exemple, au moment de vous brosser les dents) pour ne pas l'oublier. Évitez de consommer de l'alcool lorsque vous prenez de la mirtazapine.

Si vous prenez les comprimés solubles, suivez les instructions suivantes. Étant donné que le médicament se vend dans une « plaquette alvéolaire » (et non pas une bouteille), vous devez à chaque fois soigneusement sortir le médicament de l'alvéole.

- Avec les mains sèches, détachez la feuille d'aluminium au dos de la plaquette alvéolée avant d'en sortir le comprimé (si vous avez les mains humides, cela pourrait faire fondre le médicament dans vos mains). Ne faites pas passer le cachet fin à travers la feuille d'aluminium.
- Placez le comprimé sur la langue. Le comprimé se dissoudra rapidement et peut être avalé avec ou sans eau. Essayez de ne pas mâcher le comprimé.

En règle générale, votre médecin commencera par vous prescrire une faible dose de mirtazapine. On augmentera progressivement cette dose sur une période de plusieurs jours ou semaines selon la manière dont vous réagissez au médicament. Vous et votre médecin pourrez alors discuter du meilleur dosage à continuer à prendre en fonction de votre tolérance au médicament (la mesure dans laquelle le médicament est efficace et la manière dont vous supportez les effets secondaires du médicament) et de la mesure dans laquelle il aide à réduire vos symptômes.

Quand la mirtazapine commencera-t-elle à avoir de l'effet?

Il faut prendre la mirtazapine 3 à 6 semaines avant de commencer à mieux vous sentir. Les différents symptômes pourraient commencer à s'améliorer à des différentes phases. À titre d'exemple, des améliorations en ce qui concerne le sommeil, l'appétit et l'énergie peuvent être observées dans les deux premières semaines.

Parfois, les autres remarqueront les améliorations que vous connaissez avant que vous ne le remarquiez vous-même. L'ensemble effets purement bénéfiques pourraient prendre 4 à 8 semaines (ou plus longtemps) pour se manifester. Compte tenu du fait qu'il faut de temps pour que ce médicament ont un effet, même si vous vous sentez mieux, n'augmentez pas, ne diminuez pas ou n'interrompez pas la prise de ce médicament sans en avoir discuter avec votre médecin en premier lieu.

Si vous ne vous sentez pas mieux dans les 6 à 8 semaines suivant le début de votre traitement, votre médecin pourrait vous recommander de prendre un autre médicament. Il existe de faibles risques que les symptômes attribués à la dépression ou à l'anxiété s'aggravent ou que vous développiez plus de pensées autodestructrices durant les premiers mois de prise de ce médicament (voir la partie sur les effets secondaires). Si cela est le cas, avisez votre médecin IMMÉDIATEMENT.

Pendant combien de temps dois-je prendre la mirtazapine?

Cela dépend des symptômes que vous présentez, de leur fréquence et de leur durée. La plupart des personnes doivent prendre ce médicament pour au moins 6 mois. Cela laisse le temps à vos symptômes de se stabiliser et vous permet de retrouver votre fonctionnement normal. Après cette période, vous et votre médecin devriez discuter des avantages et des risques si vous décidez de continuer le traitement.

Si vous vivez plusieurs épisodes de dépression grave et que vous tolérez bien ce médicament, il pourra vous être demandé de prendre ce médicament pour une durée indéfinie. En continuant à prendre ce médicament, vous réduisez de manière significative la chance d'avoir un autre épisode dépressif. N'arrêtez PAS de prendre ce médicament (même si vous vous sentez mieux) sans en avoir discuté avec votre médecin en premier lieu. Si vous interrompez votre traitement soudainement, il est possible que vos symptômes réapparaissent ou que vous éprouviez une mauvaise réaction.

Une fois que vous avez commencé à prendre ce médicament, vous serez tenu avec votre médecin de surveiller les effets bénéfiques ainsi que les effets secondaires. Votre médecin vérifiera les progrès que vous avez réalisés et

discutera avec vous des changements de vos symptômes durant les 3 mois suivants pour confirmer que ce médicament agit convenablement et que les effets potentiellement indésirables sont prévenus. À ce moment-là, vous pourrez discuter de la durée de prescription du médicament.

La mirtazapine crée-t-elle une dépendance?

Non, la mirtazapine ne crée pas de dépendance. Vous ne ressentirez aucun « état de manque » que certaines personnes ressentent avec la nicotine ou les drogues illicites. Si vous et votre médecin décidez qu'il est préférable que vous arrêtiez de prendre de la mirtazapine, votre médecin vous expliquera comment baisser la dose en toute sécurité afin que vous ne subissiez pas les effets désagréables « similaires à une grippe » qui pourraient s'ensuivre (frissons, nausée, vomissements, picotements dans les mains et les pieds, douleurs musculaires, fièvre et sensations électriques) pendant que votre corps s'habitue à l'absence du médicament.

Quels sont les effets secondaires de la mirtazapine et que dois-je faire si j'en fais l'expérience?

Comme pour la plupart des médicaments, vous pourriez subir des effets secondaires en prenant la mirtazapine. La plupart des effets secondaires sont modérés et temporaires. Les effets secondaires pourraient se manifester avant les effets positifs. Il est possible que certaines personnes aient des effets secondaires qu'ils jugent graves et durables. Si cela se produit, parlez à votre médecin pour trouver des moyens de les atténuer.

Vous trouverez ci-dessous une liste de certains des effets secondaires les plus courants et des effets secondaires potentiellement graves que peut induire la prise de ce médicament. Des suggestions sur les manières de réduire ses effets sont indiqués entre parenthèses.

Effets secondaires courants

Les effets secondaires pourraient se manifester plus fréquemment au moment de commencer à prendre un médicament ou après l'augmentation de la dose administrée. Si l'un de ces effets secondaires devient trop incommodant, veuillez en parler avec votre médecin, votre infirmier ou votre pharmacien.

- Constipation (faites plus d'exercice physique, buvez plus de liquides, mangez plus de légumes, de fruits et de fibres)
- Somnolence (prenez votre dose au moment de vous coucher; l'effet s'estompe en général au fil du temps)
- Sécheresse de la bouche (essayez de mâcher de la gomme sans sucre, des bonbons acidulés, des morceaux de glace ou des sucettes glacées)
- Vertige (essayez de vous lever lentement lorsque vous êtes assis ou allongé)
- Sentiment d'agitation/de trop-plein d'énergie (évitez les boissons énergisantes, à base de cola et de café qui contiennent de la caféine)
- Augmentation de la faim (évitez les aliments hypercaloriques)
- Maux d'estomac ou nausée (essayez de prendre la dose de mirtazapine avec de la nourriture)
- Rêves d'apparence réelle que vous n'avez pas l'habitude de faire
- Prise de poids (surveillez vos rations alimentaires et faites plus d'exercice physique)

Effets secondaires rares (p. ex. ceux observés chez moins de 5 % des patients)

Communiquez avec votre médecin IMMÉDIATEMENT si vous éprouvez l'un des effets secondaires suivants :

- Humeur changeante qui passe à un état d'agitation, d'irritabilité ou de bonheur inhabituel.
- Éruptions cutanées, démangeaisons ou urticaire
- Pensées autodestructrices, hostiles ou suicidaires
- Sentiment gênant de nervosité ou d'agitation intérieure

Quelles précautions mon médecin et moi-même devrions-nous observer

lorsque je prends de la mirtazapine?

Informez votre médecin ou pharmacien si :

- Vous êtes intolérant au lactose (les comprimés de mirtazapine contiennent du lactose)
- Vous commencez à prendre tout autre médicament (sous prescription ou non), car plusieurs autres médicaments peuvent interagir avec la mirtazapine
- Vous vous sentez somnolent, étourdi ou au ralenti. La mirtazapine peut entraîner ces effets indésirables de manière temporaire chez les personnes qui prennent le médicament. La mirtazapine pourrait augmenter les effets de l'alcool, et causer ainsi un effet sédatif et des étourdissements plus importants. Si vous manifestez ces effets, il est important d'éviter de faire fonctionner de la machinerie lourde ou une voiture.
- Vous avez des antécédents de diabète, de maladie cardiaque, de maladie thyroïdienne, de maladie du rein ou du foie ou de crises d'épilepsie.
- Vous souffrez d'allergies ou avez déjà eu une réaction à un médicament.
- Vous avez des changements d'humeur ou des pensées autodestructrices
- Vous développez tout nouveau problème de santé pendant que vous prenez le mirtazapine
- Vos menstruations se font attendre, que vous apprenez que vous êtes enceinte ou que vous tentez de tomber enceinte, ou que vous allaitez

Quelles instructions particulières devrais-je suivre lorsque je prends la mirtazapine?

- Gardez tous vos rendez-vous avec votre médecin et le laboratoire.
- N'autorisez personne à prendre vos médicaments.
- C'est une bonne idée de prendre rendez-vous ou d'avoir un appel téléphonique avec votre médecin dans la première ou deuxième semaine après le début du traitement, puis à intervalles réguliers, pour voir si le médicament fait effet, si vous le tolérez et pour discuter de tout problème que vous pourriez avoir.

Que dois-je faire si j'oublie de prendre une dose de mirtazapine?

Si vous oubliez votre médicament alors que vous le prenez uniquement à l'heure du coucher, sautez la dose manquée et poursuivez votre programme régulier de traitement la journée suivante. NE doublez pas la dose suivante. Si vous prenez le médicament plus d'une fois par jour, rattrapez la dose manquée le plus tôt possible. Par contre, s'il est presque temps de prendre votre dose suivante (p. ex. dans un délai de 4 heures), sautez la dose manquée et poursuivez votre programme de traitement régulier. NE doublez pas la dose suivante.

Quelles sont les conditions d'entreposage requises pour la mirtazapine?

- Conservez ce médicament dans l'emballage d'origine, entreposez-le à la température ambiante à l'abri de l'humidité et de la chaleur (p. ex. pas dans la salle de bain ni dans la cuisine).
- Gardez ce médicament hors de la portée et de la vue des enfants.

Partager cette information

Vous pouvez partager cette information avec les membres de votre famille afin qu'ils comprennent les traitements qui vous sont offerts. Compte tenu du fait que les besoins de chaque personne sont différents, il est important que vous suiviez les conseils qui vous sont prodigués par votre propre médecin, infirmier ou pharmacien et que vous leur parliez si vous avez la moindre question concernant ce médicament.

Au sujet de ce document

Nous tenons à remercier chaleureusement le Kelty Mental Health Resource Centre (Centre de ressources en santé mentale Kelty) de nous avoir autorisé à utiliser ce document. Le texte original a été élaboré par les professionnels de BC Mental Health and Addiction Services (Services de santé mentale et de toxicomanie de la Colombie-britannique), un organisme de la Provincial Health Services Authority (Autorité provinciale en services de santé) et

révisé par le personnel du Kelty Mental Health Resource Centre (Centre de ressources en santé mentale Kelty).

Traduction française est une gracieuseté du Centre d'excellence de l'Ontario pour l'enfance et santé mentale des jeunes.

La licence Creative Commons

Vous êtes libre de copier et de distribuer ce matériel dans son intégralité tant 1) qu'il n'est pas utilisé de manière à suggérer que nous vous endossons ou que nous approuvons votre utilisation du matériel, 2) que ce matériel n'est pas utilisé à des fins commerciales (non-commerciales), 3) que ce matériel n'est modifié d'aucune façon (pas de travaux dérivés). Voir la licence au http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/2.5/ca/ Pour toute autre utilisation, s'il vous plaît contacter le titulaire des droits d'origine, Kelty Mental Health Resource Centre.

Avis de non-responsabilité

Les renseignements contenus dans cette brochure sont offerts « tels quels » et sont destinés uniquement à fournir des renseignements généraux qui complètent, mais ne remplacent pas les renseignements donnés par votre intervenant en matière de santé. Communiquez toujours avec un professionnel de la santé qualifié pour tout renseignement supplémentaire concernant votre situation ou circonstance particulière.