

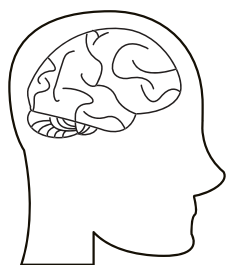
PLEINS FEUX SUR LES AGONISTES DES RÉCEPTEURS DES BENZODIAZÉPINES ET LES HYPNOTIQUES Z (BZRA)



Alors que la vie change, vos besoins en médication peuvent changer aussi. Des médicaments qui vous convenaient auparavant peuvent ne pas représenter le meilleur choix pour vous maintenant.

La déprescription est une façon pour les fournisseurs de soins de santé de vous aider à réduire vos médicaments de façon sécuritaire.

QUE SONT LES AGONISTES DES RÉCEPTEURS DES BENZODIAZÉPINES ET LES HYPNOTIQUES Z ?

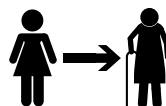


- Médicaments utilisés pour traiter des problèmes comme l'anxiété ou la difficulté à dormir.
- Parmi les exemples :
 - Alprazolam (Xanax®)
 - Bromazépam (Lectopam®)
 - Chlordiazépoxyde (Librax®)
 - Clonazépam (Rivotril®)
 - Clorazépate (Tranxene®)
 - Diazépam (Valium®)
 - Flurazépam (Dalmane®)
 - Lorazépam (Ativan®)
 - Nitrazépam (Mogadon®)
 - Oxazépam (Serax®)
 - Témazépam (Restoril®)
 - Triazolam (Halcion®)
 - Zopiclone (Imovane®, Rhovane®)
 - Zolpidem (Sublinox®)

POURQUOI ENVISAGER DE RÉDUIRE OU DE CESSER UN BZRA UTILISÉ CONTRE L'INSOMNIE ?



- Les BZRA peuvent causer une dépendance, des troubles de la mémoire, de la fatigue pendant la journée et sont liés à la démence et aux chutes



- Plusieurs personnes pourraient en prendre pendant de courtes périodes (jusqu'à 4 semaines), mais continuent pendant des années



- Les BZRA ne sont pas du tout recommandés comme traitement de première intention contre l'insomnie chez les personnes âgées (quelle que soit la durée)



- Les BZRA peuvent devenir moins utiles pour le sommeil après quelques semaines seulement

COMMENT RÉDUIRE OU CESSER UN BZRA EN TOUTE SÉCURITÉ



- Demandez à votre fournisseur de soins de santé si la déprescription s'applique dans votre cas; les doses de BZRA doivent être réduites lentement, sous supervision



- Parlez à votre professionnel de la santé de l'algorithme pour la déprescription de BZRA, offert en ligne au : <http://deprescribing.org/fr/ressources-pour-les-patients-et-les-prestataires-de-soins-de-sante/deprescribing-algorithms/>



- Téléchargez le dépliant d'information sur la déprescription des BZRA, offert en ligne au : <http://deprescribing.org/fr/ressources-pour-les-patients-et-les-prestataires-de-soins-de-sante/depliants-dinformation-sur-la-deprescription/>

Posez des questions, restez informé et soyez proactif.

Référence

Farrell B, Pottier K, Thompson W, Boghossian T, Pizzola L, Rashid FJ, et al. Déprescrire les inhibiteurs de la pompe à protons. Lignes directrices de pratique clinique fondées sur les données probantes. *Can Fam Physician* 2017;63:354-64 (ang), e253-65 (fr).