

23.06.2015 - 10:00 Uhr

Somnifères et tranquillisants: une dépendance silencieuse

Lausanne (ots) -

Plus de 3 % de la population prend quasi quotidiennement des somnifères ou des tranquillisants pendant une année, voire plus longtemps dans bien des cas ; il s'agit pour l'essentiel de benzodiazépines. Le phénomène touche surtout les personnes âgées, les femmes davantage que les hommes. Or, l'usage régulier de ces médicaments sur une durée prolongée est problématique en raison de leur potentiel addictif et de leurs effets secondaires. Le dernier numéro de la revue spécialisée *Dépendances* examine la prise de médicaments psychoactifs sous différents angles.

Les données récoltées dans le cadre du *Monitoring suisse des addictions* permettent d'évaluer la prise quotidienne et prolongée de médicaments susceptibles d'engendrer une dépendance au sein de la population. Un article paru dans le dernier numéro de la revue *Dépendances* examine l'usage de médicaments psychoactifs en Suisse aujourd'hui.

Les conséquences néfastes d'une prise au long cours Les somnifères et les tranquillisants, les analgésiques puissants et les psychostimulants peuvent poser problème en raison de leur potentiel addictif. Il est frappant de constater que les personnes âgées prennent souvent quotidiennement des somnifères et des tranquillisants sur une longue période, en particulier des benzodiazépines ou des médicaments apparentés. Les femmes sont davantage concernées par ce phénomène que les hommes. La part des personnes de 15 ans et plus qui utilisent quasi quotidiennement ce type de médicaments pendant une année, ou plus longtemps dans bien des cas, s'élève à 3.1 % - un pourcentage élevé quand on pense que ces produits ne devraient être pris que sur une courte période, qu'ils entraînent un risque élevé de dépendance et qu'ils peuvent avoir des effets secondaires importants. Une prise prolongée peut notamment entraver la coordination des mouvements et entraîner des troubles de la mémoire et de l'attention ; chez les personnes âgées, elle augmente sensiblement le risque de chute.

Un potentiel addictif élevé

Les benzodiazépines et les médicaments apparentés sont efficaces et utiles dans de nombreux cas, les milieux spécialisés ne le contestent pas. Ils sont utilisés dans le traitement de l'insomnie, de l'anxiété et des convulsions ou en prémédication avant une intervention chirurgicale. Ces médicaments peuvent toutefois engendrer une dépendance, de sorte qu'ils doivent être utilisés avec prudence, conformément aux recommandations médicales. Jusqu'ici, on a sous-estimé les problèmes qui se posent au moment de l'arrêt de ces produits, déclarent Etienne Maffli et Luca Notari, chercheurs à *Addiction Suisse* et auteurs de l'article sur l'usage des médicaments psychoactifs dans la revue *Dépendances*. Ils présumant que les personnes concernées arrêtent souvent les médicaments trop tard, de sorte qu'elles se heurtent à des difficultés. Les deux chercheurs réclament davantage d'informations pratiques tant pour les médecins et les pharmaciens que pour les patients afin de préparer la fin du traitement suffisamment tôt ou, si une accoutumance s'est déjà installée, de réduire progressivement les doses. Bien souvent, le processus se révèle difficile ; les indications concrètes pour ce faire ne semblent pas toujours connues. Un arrêt brutal après une prise prolongée pose problème, les symptômes de sevrage pouvant être marqués.

Aujourd'hui encore, l'abus de médicaments reste largement tabou. La consommation se fait souvent en cachette et passe inaperçue pendant de longues années. « Une sensibilisation accrue devrait être envisagée, mais il convient également d'étudier une pratique plus stricte en matière de prescription ainsi que d'autres mesures structurelles, comme des emballages de médicaments plus petits », souligne Irene Abderhalden, directrice d'*Addiction Suisse*.

Pour en savoir plus

Lancé en 2011 par l'Office fédéral de la santé publique (OFSP), le *Monitoring suisse des addictions* est un projet de recherche dont la réalisation a été confiée, entre autres, à *Addiction Suisse*. Il vise à récolter auprès de la population suisse des données représentatives sur la dépendance aux substances psychoactives et la consommation de celles-ci.

www.monitorage-addictions.ch

Prise de médicaments psychoactifs et autres (http://suchtmonitoring.ch/docs/library/gmel_ro5s777xlr7l.pdf) en Suisse en 2013 (en allemand).

Analyses détaillées (http://www.suchtmonitoring.ch/docs/library/gmel_y9anjukthblq.pdf) en lien avec la prise de somnifères, de tranquillisants et de stimulants en 2014 (en allemand)

Revue *Dépendances* <http://shop.addictionsuisse.ch/fr/99-dependances?orderby=name&orderway=desc>), publiée par *Addiction Suisse* et par le Groupement romand d'études des addictions (GREA).

La *Fondation Addiction Suisse* est un centre de compétences national dans le domaine des addictions. Elle est active dans la recherche, conçoit des projets de prévention et s'engage pour une politique de santé. Le but de la fondation est de prévenir ou d'atténuer les problèmes issus de la consommation d'alcool et d'autres substances psychoactives ou liés aux jeux de hasard et à

l'usage de l'internet.

Informations complémentaires sur Addiction Suisse : www.addictionsuisse.ch/

Vous trouverez ce communiqué de presse sous www.addictionsuisse.ch/actualites/communiques-de-presse/

Contact:

Corine Kibora
porte-parole
ckibora@addictionsuisse.ch
tél.: 021 321 29 75

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/10000980/100774565> abgerufen werden.