

Parler des opioïdes avec votre professionnel de la santé

Les opioïdes sont des médicaments qui sont généralement prescrits pour soulager la douleur. Lorsqu'ils sont pris correctement, les opioïdes d'ordonnance peuvent aider les patients souffrant de douleur à gérer leur condition, leur permettant ainsi de mener une vie productive et bien remplie. **Toutefois, il est important de ne pas oublier que, comme c'est le cas de tous les médicaments, les opioïdes peuvent présenter des risques et peuvent causer des effets secondaires potentiellement dangereux.**

Si un opioïde vous a été prescrit :

Si un **opioïde vous a été prescrit, il est important d'avoir une conversation avec votre professionnel de la santé** (médecin, chirurgien ou infirmier) pour déterminer si le médicament vous convient et comment l'utiliser de la manière la plus sécuritaire possible. Vous devez prendre les décisions liées au traitement en collaboration avec votre professionnel de la santé.

Si vous décidez de prendre le médicament, vous devez vous assurer de :

- **toujours suivre les directives** de votre professionnel de la santé
- prendre **la plus petite dose possible d'opioïdes** pour soulager la douleur
- prendre le médicament pendant **la plus courte période possible**
- **consulter régulièrement votre professionnel de la santé** pour discuter la façon dont le médicament répond à vos besoins en matière de gestion de la douleur

Exemples d'opioïdes d'ordonnance

- fentanyl
- hydromorphone
- morphine
- méthadone
- oxycodone

Autres options de traitement

Il est important de **discuter avec votre professionnel de la santé du meilleur moyen de soulager votre douleur, surtout si vous pensez que celle-ci pourrait durer plus d'une semaine ou deux.** Il se peut que les opioïdes ne soient pas la meilleure option de traitement pour votre douleur. D'autres médicaments ou traitements qui ne font pas appel aux opioïdes peuvent vous aider à gérer la douleur.



Questions à poser à votre professionnel de la santé

- Pourquoi me prescrit-on ce médicament?
- Quels sont les bienfaits de ce médicament?
- Pendant combien de temps dois-je prendre ce médicament?
- Y a-t-il des solutions de rechange aux opioïdes qui me conviendraient?
- Quels sont les risques et les effets secondaires possibles de la prise d'opioïdes?
- Y a-t-il un risque de trouble lié à l'utilisation de substances (dépendance)?
- Comment puis-je réduire les risques?
- Quoi faire si j'ai des antécédents de trouble lié à l'utilisation de substances (dépendance)?
- Quand devrais-je me présenter pour un rendez-vous de suivi afin d'évaluer les bienfaits et les méfaits possibles de ce traitement?
- Que se passera-t-il si je me sens mieux et que je n'ai plus besoin de prendre des opioïdes?

**SOYEZ
AU FAIT**

DROGUES : OBTENEZ LES FAITS.
CONNAISSEZ LES RISQUES.

ISBN 978-0-660-28621-1

Trouvez les faits sur Canada.ca/Opioides



Gouvernement
du Canada

Government
of Canada

Canada

Parler des opioïdes avec votre professionnel de la santé

Quoi dire à son professionnel de la santé

- Vos antécédents médicaux
- Toute préoccupation au sujet de la consommation d'opioïdes
- Si vous êtes enceinte ou si vous prévoyez avoir un enfant
- Si vous fumez
- Si vous prenez d'autres médicaments, en particulier pour traiter :
 - l'anxiété
 - des convulsions
 - des troubles du sommeil
- Si vous suivez d'autres traitements ou utilisez d'autres stratégies pour gérer la douleur
- Si vous avez des antécédents de :
 - consommation problématique d'alcool ou de drogues
 - troubles d'utilisation de substances (préalables ou actuels)
 - trouble dépressif grave
 - trouble anxieux généralisé



Risques liés à l'utilisation d'opioïdes

Effets secondaires à court terme

- somnolence
- constipation
- nausée et vomissements
- euphorie (sentiment de planer)
- difficulté à respirer, ce qui peut entraîner ou aggraver une apnée du sommeil
- maux de tête, étourdissements et confusion pouvant entraîner des chutes et des fractures

Dépendance physique

Une utilisation continue d'opioïdes peut entraîner une dépendance physique. Il s'agit d'une réaction naturelle de l'organisme qui peut se produire lorsque l'on prend des opioïdes, surtout pendant une longue période (p. ex. d'une à deux semaines), parce que l'organisme s'habitue à recevoir sa dose régulière de médicament. En cas d'arrêt de consommation (sevrage) ou de diminution de dose du médicament, le corps présente des symptômes de sevrage.

La dépendance physique est différente du trouble lié à l'utilisation de substances. Une personne dépendante d'un médicament ne souffre pas nécessairement d'un trouble lié à l'utilisation de substances. Les troubles liés à l'utilisation de substances se rapportent à la consommation compulsive d'un médicament en dépit de ses effets négatifs.

Si vous envisagez de réduire ou de cesser votre utilisation d'opioïdes, il faut absolument discuter de stratégies avec votre professionnel de la santé pour le faire de façon sûre et efficace.

Trouble lié à l'utilisation de substances

Lorsqu'une personne souffre d'un trouble lié à la consommation de substances, elle en ressent le besoin et continue de les consommer, malgré les effets néfastes. Le médicament devient le centre de ses émotions, de ses pensées et de ses activités.

Le trouble lié à l'utilisation d'opioïdes entraîne de tels changements dans le cerveau et l'organisme que cesser de consommer peut s'avérer difficile, parce que l'organisme s'habitue à recevoir sa dose régulière de médicament.

Consommation problématique d'opioïdes

Les opioïdes peuvent causer un sentiment d'euphorie (avoir le sentiment de planer), accroître **le sentiment de bien-être ou réduire l'anxiété**. Ce sont des exemples **de facteurs qui poussent** certaines personnes à utiliser les **opioïdes de façon problématique**.

Souvent, quand les gens pensent à l'utilisation problématique d'opioïdes, ils voient des personnes qui prennent des opioïdes produits ou obtenus de façon illégale.

Consommation problématique d'opioïdes signifie aussi :

- Utiliser un médicament opioïde de manière inappropriée, comme en prendre plus que prescrit ou au mauvais moment
- Utiliser un médicament opioïde qui ne vous a pas été prescrit

Il est recommandé que vous informiez votre professionnel de la santé si votre utilisation d'opioïdes devient problématique.