

Bon usage du médicament

Benzodiazépines (BZD) et Apparentés

Comment procéder au sevrage ?

Jamais d'arrêt brutal



Symptômes de sevrage * :
insomnie, anxiété, irritabilité, sudation,
symptômes gastro-intestinaux
* habituellement légers et durent de quelques jours à
quelques semaines

Patient acteur, approche
individualisée, le rythme est dicté par la
tolérance du patient et les disponibilités
des formes galéniques :

*Préparations magistrales remboursables avec
mention « PM à but thérapeutique en l'absence
de spécialité équivalente »*

Durée : **quelques mois à
plusieurs années.**
Plus on se rapproche de
l'arrêt, plus les paliers de
doses sont faibles = méthode
de la **décroissance
hyperbolique** ^[6]

Exemples de protocoles de sevrage

(pas de protocole supérieur - au choix du prescripteur)

France – HAS · 2015

- Arrêt **progressif par paliers** : -5 à -10 % toutes les 1 à 2 semaines (durée totale : **3 à 12 mois**)
- Si sevrage difficile : maintenir la dose quelques semaines puis retenter
- Éviter tout retour à une posologie antérieure
- Substitution par **diazépam** possible si molécule à action brève ou si forte dépendance (*ex* : 30 mg d'oxazépam = 12 mg de diazépam ; Psychopharma.fr)

Belgique – Institut National d'Assurance Maladie

- Choix d'un **schéma de sevrage** entre le médecin et son patient
- **Préparation magistrale** sous forme de gélules préparée par le pharmacien
- Schéma au choix (décroissance hyperbolique) :
- **5 paliers - 7 paliers - 10 paliers**
- Chaque palier : **10, 20 ou 30 jours** (au choix)
- Max 2 périodes de stabilisation de 30 jours

Quebec – Deprescribing · 2016

- Diminution de **25 % toutes les 2 semaines**, réduction plus lente en fin de sevrage
- Suivi toutes les **1 à 2 semaines**
- Si réapparition de symptômes : maintien 1-2 sem. puis reprise très progressive

SEMAINES	PLAN DE SEVRAGE							✓
	LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM	DIM	
1 et 2								
3 et 4	☾	●	●	●	●	●	●	
5 et 6	☾	☾	☾	☾	☾	☾	☾	
7 et 8	☾	☾	☾	☾	☾	☾	☾	
9 et 10	☾	☾	☾	☾	☾	☾	☾	
11 et 12	☾	☾	☾	☾	☾	☾	☾	
13 et 14	☾	☾	☾	☾	☾	☾	☾	
15 et 16	×	☾	×	×	☾	×	×	
17 et 18	×	×	×	×	×	×	×	

Légende
 ● Pleine dose ☾ La moitié de la dose ☒ Le quart de la dose × Aucune dose

Traduit à partir : [Source](#).

Comment choisir ?

Le rythme dépend notamment de :

- Durée d'utilisation des BZD
- Dose quotidienne
- Demi-vie de la molécule
- Antécédents d'échecs de sevrage
- Patient (âge, comorbidités, fragilité)
- Préférences et choix du patient

Que surveiller ?

A chaque palier, évaluer :

- L'anxiété et / ou la qualité du sommeil
- Les symptômes de sevrage
- Le retentissement dans la vie quotidienne
- La motivation du patient

En cas de symptômes importants : maintien du palier puis poursuite avec une décroissance plus progressive