

Contrôler votre douleur à l'aide d'opioïdes, à la maison

Les opioïdes sont des médicaments pour la douleur qui sont prescrits par votre médecin lorsque les autres médicaments pour la douleur ne sont pas efficaces. Les opioïdes peuvent également provoquer une sensation d'euphorie (un «*high*»), ce qui augmente le risque de dépendance et de surdosage.

Les médicaments opioïdes peuvent être prescrits sous différentes formes, comme la codéine, le fentanyl, la morphine, l'oxycodone et l'hydromorphone.



Quand prendre un médicament opioïde

Si l'on vous a prescrit un médicament opioïde :

- vous devez le prendre **seulement** tel que prescrit
- vous ne devez **jamais** le donner à quelqu'un d'autre
- vous ne devez **jamais** le prendre avec de l'alcool

Les effets à court terme des opioïdes

Parmi les effets secondaires à court terme liés à l'utilisation d'opioïdes, on retrouve :

- la somnolence
- la constipation
- des problèmes érectiles
- la nausée et les vomissements
- une sensation d'euphorie (un «*high*»)
- des difficultés respiratoires, ce qui peut empirer l'apnée du sommeil
- des maux de tête, des étourdissements et de la confusion, ce qui augmente les risques de chutes et de fractures

Les effets à long terme des opioïdes

Parmi les effets secondaires à long terme liés à l'utilisation d'opioïdes, on retrouve :

- une tolérance au médicament, ce qui augmente le risque de dépendance
- des troubles de dépendance
- des dommages au foie
- l'infertilité chez les femmes
- une perception que la douleur empire
- des symptômes de sevrage potentiellement mortels chez les nouveaux nés, lorsque la mère prend des opioïdes

Symptômes de sevrage

Les symptômes de sevrage surviennent lorsqu'une personne arrête ou réduit sa consommation de drogues ou de médicaments, après en avoir consommé régulièrement pendant une longue période ou après avoir consommé des doses élevées. Une personne qui arrête soudainement de

consommer des substances, comme des opioïdes, peut vivre un sevrage de 6 à 30 heures après la dernière dose.

La gravité et la durée du sevrage dépendent de la substance consommée, de la quantité de substances consommée et de la durée de consommation.

Parmi les symptômes de sevrage, on retrouve :

- Nervosité, irritabilité, agitation, insomnie
- Frissons, transpiration
- Diarrhée, nausées, maux d'estomac
- Courbatures, douleurs fortes ou généralisées

Conservez votre médicament en lieu sûr

Conservez votre médicament en lieu sûr pour éviter que quelqu'un d'autre prenne votre médicament :

- **Ne partagez jamais** votre médicament avec qui que ce soit : cela est **illégal**, peut causer des problèmes de santé chez d'autres personnes, ou entraîner le décès.
- Tenez le compte régulier du nombre de comprimés restant dans une plaquette ou une boîte.
- Rangez les opioïdes hors de la portée des enfants et des adolescents.

Les médicaments opioïdes non utilisés doivent **toujours** être :

- tenus hors de la vue et de la portée des enfants et des animaux de compagnie,
- rangés dans un endroit sûr afin d'en prévenir le vol, la consommation problématique ou accidentelle,
- retournés à la pharmacie pour élimination sécuritaire.

Le contenu de ce document est tiré en partie de la page *À propos des opioïdes* du site web du Gouvernement du Canada. Consultez le www.canada.ca/opioides pour plus d'informations.

713, chemin Montréal, Ottawa (Ontario)

T 613.746.4621

hopitalmontfort.com

5100573 (19-08)