

Le carnet d'ordonnance du médecin et au-delà :

Usage des opioïdes et autres médicaments chez les personnes âgées

Que sont les opioïdes et les benzodiazépines?

- Les opioïdes sont une classe de médicaments qui servent à calmer la douleur.
- Certains opioïdes sont des médicaments, et d'autres des drogues, comme l'héroïne et le carfentanyl.¹
- Quand ils sont pris tels que prescrits, les opioïdes peuvent soulager les douleurs des personnes âgées et les aider à effectuer leurs tâches quotidiennes.²
- Les benzodiazépines sont une classe de médicaments qui ralentissent l'activité des neurones et ont un effet calmant.³
- Les benzodiazépines sont prescrites pour traiter les troubles anxieux, les troubles du sommeil et les troubles convulsifs.^{3,4}

Qu'entend-on par « consommation problématique »?

Le fait de ne pas prendre un médicament tel qu'indiqué par le médecin (p. ex. augmentation de la dose, de la fréquence ou de la durée du traitement).⁵



Comment puis-je prendre mes médicaments en toute sécurité?^{1,3}

- Ne prenez que les médicaments que vous prescrit votre médecin.
- Ne buvez pas de boissons alcoolisées et ne prenez pas d'autres dépresseurs du système nerveux central (aussi appelés anxiolytiques).
- Ne prenez jamais les médicaments de quelqu'un d'autre.
- Rapportez à la pharmacie les médicaments non utilisés.

Où puis-je trouver de l'aide?



Il existe, en matière de santé mentale et de dépendance, des ressources et des services de soutien à proximité de chez vous. Pour plus de renseignements, veuillez communiquer avec l'un des organismes suivants :

ConnexOntario

<http://www.connexontario.ca/fr>

Tél. : 1 866 531-2600

Accès 24 heures sur 24, sept jours sur sept dans tout l'Ontario, à des services de renseignements confidentiels et gratuits sur la santé mentale, la lutte contre les dépendances et le traitement du jeu problématique.

Centre de toxicomanie et de santé mentale

<http://www.camh.ca/fr>

Tél. : 1 800 463-2338

Information sur les services sociaux communautaires

<http://www.211ontario.ca/fr/> Composez le 211.

Publications

Opioïdes : Parfois nécessaires, mais pas toujours, Choisir avec soin.

<https://choisiravecsoin.org/opioides-parfois-necessaires-mais-pas-toujours/>

Insomnie et anxiété chez les personnes âgées : Les somnifères sont rarement la meilleure solution, Choisir avec soin. <https://choisiravecsoin.org/insomnie-et-anxiete-chez-les-personnes-agees/>

Références

1. Centre de toxicomanie et de santé mentale et gouvernement de l'Ontario. *Opioids: How to use them safely* (en anglais), 2016. Accessible en ligne : https://www.porticonetwork.ca/documents/77404/381531/5200dUsingSafely_Factsheet_2016.pdf/5b4a1bdd-4a47-4865-97bb-66517ca16ae2, consulté le 6 février 2020.
2. MALEC, Monica, et Joseph W. SHEGA. « Pain management in the elderly », *Medical Clinics of North America*, n° 99 (2), 2015, p. 337350.
3. Choisir avec soin Canada. *Opioïdes : Parfois nécessaires, mais pas toujours*, 2017.
4. KUERBIS, Alexis, Paul SACCO, Dan G. BLAZER et Alison A. MOORE. « Substance abuse among older adults », *Clinical Geriatric Medicine*, n° 30 (3), 2014, p. 629654.
5. MARKOTA, Matej, Teresa A. RUMMANS, John Michael BOSTWICK et Maria I. LAPID. *Benzodiazepine use in older adults: Dangers, management, and alternative therapies*, Mayo Clinical Process, n° 91 (11), 2016, p. 16321639.

Document créé par le Centre de toxicomanie et de santé mentale, avec l'appui financier du Ministère des Services aux aînés et de l'Accessibilité de l'Ontario.