



VOTRE TRAITEMENT PAR BENZODIAZÉPINES : CE QU'IL FAUT SAVOIR

Un traitement contre l'anxiété,
l'insomnie.

Exemples de médicaments (noms commerciaux en France) :

- Lexomil® (Bromazépam), Xanax® (Alprazolam), Séresta® (Oxazépam)
- Stilnox® (Zolpidem), Havlane® (Lormétabzépam), Noctamide® (Loprazolam)
- Valium® (Diazépam)

Les bonnes pratiques pour une utilisation sécurisée :



Respectez scrupuleusement la dose prescrite par votre médecin.



Prenez votre traitement uniquement sur une durée limitée, car il peut entraîner une dépendance.



Ne modifiez jamais la dose ou la fréquence sans avis médical.



Évitez l'alcool, qui augmente les effets sédatifs et peut être dangereux.



Soyez vigilant(e) si vous conduisez ces médicaments altèrent la vigilance.

Attention aux effets secondaires possibles :

- Somnolence, troubles de la mémoire, baisse de la concentration : Soyez prudent(e) dans vos activités quotidiennes.
- Risque de dépendance : plus la durée d'utilisation est longue, plus l'arrêt peut être difficile.
- Effet rebond à l'arrêt : insomnie ou anxiété plus marquée, un arrêt progressif est recommandé sous contrôle médical.

Ce qu'il ne faut pas faire :

- ▲ Ne jamais arrêter brutalement un traitement prolongé risque de sevrage.
- ▲ Ne pas associer plusieurs sédatifs sans avis médical (médicaments, alcool...).
- ▲ Ne pas prêter ou partager votre traitement : il est prescrit selon votre situation personnelle.

Besoin d'informations ?
Parlez-en à votre médecin ou pharmacien avant toute modification de votre traitement.