



Le bon usage des benzodiazépines par les professionnels de santé

23 septembre 2013

Les benzodiazépines sont efficaces sur de courtes durées

Dans l'anxiété et l'insomnie, les benzodiazépines (BZD) ont montré leur efficacité sur des durées brèves de traitement. Les benzodiazépines perdent leur intérêt thérapeutique en cas de traitement prolongé qui, dans la plupart des cas, devient injustifié alors qu'en parallèle les effets indésirables persistent.

Indications	Durées	
Troubles sévères du sommeil : insomnie occasionnelle, insomnie transitoire.	Quelques jours à 4 semaines, y compris la période de réduction de posologie.	<p>Insomnie occasionnelle : 2 à 5 jours.</p> <p>Insomnie transitoire : 2 à 3 semaines.</p>
Traitement symptomatique des manifestations anxieuses sévères et/ou invalidantes.	La durée globale du traitement ne devrait pas excéder 8 à 12 semaines, y compris la période de réduction de la posologie.	

Les effets indésirables des benzodiazépines

Les effets indésirables ne disparaissent pas à l'usage. Ils sont en rapport avec la dose ingérée et la sensibilité individuelle du patient :

Effets indésirables neuropsychiatriques :

- amnésie antérograde, qui peut survenir aux doses thérapeutiques, le risque augmentant proportionnellement à la dose,
- troubles du comportement, modifications de la conscience, irritabilité, agressivité, agitation, dépendance physique et psychique (y compris à doses thérapeutiques) avec syndrome de sevrage ou un effet rebond à l'arrêt du traitement,
- sensations ébrieuses, céphalées, ataxie,
- confusion, baisse de la vigilance voire somnolence (particulièrement chez le sujet âgé), insomnie, cauchemars, tension,
- modifications de la libido.

Effets indésirables cutanés : éruptions cutanées, prurigineuses ou non.

Effets indésirables généraux : hypotonie musculaire, asthénie, risque de chutes.

Effets indésirables oculaires : diplopie.

Un arrêt progressif du traitement est nécessaire pour

éviter un syndrome de sevrage, un effet rebond ou une rechute

En usage chronique, les BZD créent une dépendance physique et mentale. Un arrêt brutal, accidentel ou non (oubli, hospitalisation, etc.), expose tout consommateur chronique de BZD à un syndrome de sevrage, un risque de rebond, ou à une rechute.

La survenue de symptômes similaires à ceux ayant justifié la prescription peuvent être sources d'erreurs de diagnostic et de prise en charge.

>> Rappel sur le syndrome de sevrage, l'effet rebond et la rechute