



# Médicaments contre la douleur

## Ce que vous devez savoir au sujet des analgésiques opiacés



Centre universitaire de santé McGill  
McGill University Health Centre

*Les meilleurs soins pour la vie  
The Best Care for Life*

# **Médicaments contre la douleur**

Ce que vous devez savoir  
au sujet des analgésiques opiacés

**Developé pour le Centre universitaire de santé McGill (CUSM)  
par le groupe de travail sur la douleur et gestion des symptômes :**

**Claire Nehmé**, Infirmière Clinicienne Spécialisée (ICS),  
Programme de douleur, Hôpital Neurologique de Montréal

**Suzanne Watt**, ICS, Programme de douleur, Hôpital Royal Victoria

**Krista Brecht**, ICS, Programme de douleur, Hôpital général de Montréal

**Andrea Laizner**, Consultante en pratique des soins,  
Département de recherche en soins infirmiers

## **Important :**

Ce livret est conçu dans le but d'informer les patients seulement et ne remplace pas les conseils et directives des professionnels de la santé responsables de vos soins. Contactez-les si vous avez des questions concernant votre condition.

février 2012

## Table des matières

|    |   |    |
|----|---|----|
| 1  | Introduction .....  | 1  |
| 2  | Ce qu'il faut savoir sur la douleur.....  | 2  |
| 3  | Comment soulager la douleur?.....   | 3  |
| 4  | Qu'est-ce qu'un médicament opiacé? .....  | 4  |
| 5  | Comment prendre ces médicaments?.....   | 5  |
| 6  | Quelles sont les précautions à prendre? .....   | 6  |
| 7  | Quels sont les effets indésirables qui peuvent arriver<br>et que faut-il faire? ..... | 8  |
| 8  | Quels sont les facteurs de risques de la somnolence grave? .....                      | 10 |
| 9  | Questions et réponses .....   | 11 |
| 10 | Définitions .....   | 12 |

# 1 Introduction

Ce livret a pour but de vous fournir des informations sur l'usage sécuritaire des médicaments de type analgésiques opiacés, prescrits contre la douleur aiguë ou chronique. Il s'adresse aux personnes qui, au moment de leur congé de l'hôpital, reçoivent une prescription de ces médicaments pour contrôler leur douleur.



## 2 Ce qu'il faut savoir sur la douleur

La douleur est une sensation désagréable qui survient après une chirurgie, un accident ou suite à une maladie. La douleur est individuelle et ne peut être exprimée que par la personne qui souffre. Elle peut être aiguë ou chronique.

**Douleur aiguë:** Elle est de courte durée, causée par une maladie, une fracture ou une chirurgie. La douleur aiguë se résorbe avec la guérison mais dans la plupart des cas, on a recours à des médicaments contre la douleur dits analgésiques pour la traiter. Si non contrôlée, cette douleur retarde la convalescence et le retour aux activités normales.

**Douleur chronique :** Elle est persistante et de longue durée (plus que 3 mois), elle peut être causée par des maladies chroniques comme l'arthrite, le cancer et autres problèmes de santé. Ce type de douleur nécessite souvent un traitement à horaire régulier.



### 3 Comment soulager la douleur ?

Dans la plupart des cas, des médicaments sont prescrits pour soulager la douleur. Il y a plusieurs genres de médicaments qui sont utilisés seuls ou en combinaison; par exemple : l'acétaminophène, les anti-inflammatoires et les analgésiques opiacés et autres. Dans le cas de douleur persistante, ces médicaments seront prescrits d'une façon régulière, selon la nature et l'intensité de la douleur ressentie.

L'intensité de la douleur est souvent mesurée sur une échelle numérique de 0 à 10 où **0 = pas de douleur** et **10 = la pire douleur que vous pouvez imaginer**.

#### Echelle d'intensité de douleur



Pas de douleur

La pire douleur  
que vous pouvez  
imaginer

## 4 Qu'est-ce qu'un médicament opiacé ?

Le médicament opiacé est un analgésique qui agit contre la douleur. Ce médicament bloque la perception de la douleur au niveau du système nerveux. L'action de ce type de médicaments peut être de courte durée (3 à 4 heures) ou de longue durée (12 à 24 heures).

Il existe plusieurs sortes de médicaments opiacés, en voici quelques exemples :

**R<sub>x</sub>**

### **Courte durée**

Codéine, Empracet  
Hydromorphone,  
Dilaudid, Morphine,  
Statex, Oxycodone,  
Supeudol, Tramadol

### **Longue durée**

Codéine Contin,  
MS Contin, M-Eslon,  
Hydromorph Contin,  
Oxycontin / OxyNEO,  
Duragesic, Ratio-Fentanyl,  
ZytramXL, Ralivia, Tridural

## 5 Comment prendre ces médicaments ?

- Il est très important de suivre attentivement la prescription et les instructions du médecin en utilisant ces médicaments.
- Si votre douleur augmente, **ne jamais augmenter** la dose sans avoir parlé avec le médecin ou l'infirmière.
- La plupart des médicaments opiacés seront prescrits sous forme de pilule ou en liquide à prendre par la bouche ou sous forme de suppositoires ou de timbres à coller sur la peau.
- Les comprimés doivent être avalés entiers et ne doivent pas être brisés ou écrasés ou mastiqués sauf sur avis du médecin ou du pharmacien.
- Ne jamais arrêter de prendre ces médicaments d'une façon brusque sans avertir votre médecin.

**Parlez avec votre pharmacien et demander des conseils écrits sur comment utiliser et garder ces médicaments à la maison. Demandez-lui de vous imprimer la liste de vos médicaments.**



## 6 Quelles sont les précautions à prendre ?

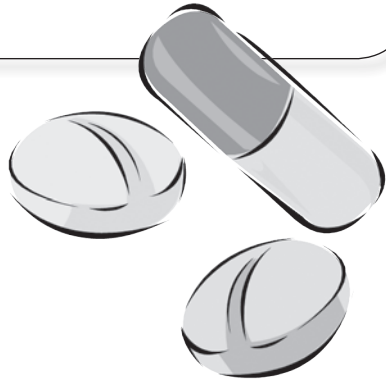
- Informez toujours vos professionnels de la santé que vous prenez des médicaments quand vous passez un test ou un traitement.
- Indiquez à votre médecin les autres médicaments et les produits naturels que vous prenez, particulièrement ceux qui peuvent causer une somnolence : les médicaments pour dormir (somnifères), les médicaments contre les allergies, les médicaments contre les vomissements et les nausées, les relaxants musculaires et les médicaments contre l'anxiété.
- Demandez à votre pharmacien des informations sur les médicaments sans prescriptions que vous pouvez prendre.
- Évitez de consommer de l'alcool.
- Évitez de conduire votre voiture ou de faire fonctionner une machine pour les premières 48 heures ou jusqu'à ce que votre dose soit stable. Ne jamais conduire si vous vous sentez étourdi.



Il est **fortement conseillé** d'être accompagné par un proche pour une période d'au moins 24 heures à la maison quand vous commencez à prendre un analgésique opiacé.

**Classes de médicaments  
qui peuvent augmenter la somnolence  
si pris avec des opiacés :**

- Médicaments pour la dépression
- Médicaments pour l'épilepsie
- Médicaments pour les battements du coeur
- Relaxants musculaires
- Médicaments contre les allergies
- Médicaments contre les nausées ou le « mal de cœur »
- Médicaments pour dormir
- Médicaments pour l'anxiété



## 7 Quels sont les effets secondaires qui peuvent arriver et que faut-il faire ?

Certains effets secondaires des analgésiques opiacés peuvent apparaître au début de la thérapie et disparaître quand le corps s'habitue aux médicaments (1 à 3 jours). Les effets les plus courants sont :

- Constipation
- Étourdissement
- Nausées ou « mal de coeur » et vomissements
- Somnolence
- Rougeur et picotement de la peau
- Difficulté à uriner
- Peau moite et froide
- Respiration lente ou superficielle.

D'autres effets secondaires sont plus rares et il faut communiquer avec votre médecin immédiatement si vous les ressentez, tel que :

- Vision embrouillée
- Hallucinations : Je vois et entends des choses qui n'existent pas pour les autres
- Confusion

### **RÉACTIONS ALLERGIQUES**

**Les réactions allergiques causées par ces médicaments sont rares. Si vous avez un de ces signes, arrêter le médicament et appeler 911 :**

- **Enflure de la gorge et du visage (yeux, lèvres)**
- **Serrement de la gorge**
- **Difficulté à respirer**

**Informez votre médecin ou votre infirmière  
de tout effet secondaire.**

N'interrompez pas le traitement avant de les consulter.

| <b>Effet secondaire</b>  | <b>Que faire?</b>   |
|--|---|
| <p><b>Somnolence</b> : apparaît au début du traitement ou quand la dose augmente, disparaît en dedans de 72 heures (3 jours).</p> <p><b>LA SOMNOLENCE GRAVE</b><br/>Votre sommeil devient très profond et on n'arrive pas à vous réveiller</p> | <p>Reposez vous, faites une sieste et surtout <b>éviter de conduire</b> ou faire fonctionner une machine.</p> <p><b>Dans le cas d'une somnolence grave, une personne proche de vous devrait appeler le 911 et continuer à vous stimuler en attendant les secours.</b></p>             |
| <p><b>Étourdissement</b> : vertige ou sensation que la tête tourne</p>   | <p>Essayez de vous déplacer lentement. Demander à quelqu'un de rester avec vous. Évitez de tomber.</p>  |
| <p><b>Nausées ou « mal de cœur » et vomissements</b></p>   | <p>Communiquez avec le médecin qui pourrait vous prescrire des médicaments contre les nausées.</p>  |
| <p><b>Assèchement de la bouche</b></p>   | <p>Buvez de l'eau ou sucez des cubes de glace.</p>  |
| <p><b>Constipation</b> : absence ou difficulté à avoir des selles</p>  | <p>Buvez beaucoup d'eau (de 8 à 10 verres par jour) et de jus de pruneau.</p> <p>Demandez à votre médecin de vous prescrire des médicaments contre la constipation. Il faut les utiliser en même temps que les analgésiques opiacés.</p> <p><b>Éviter le Psyllium (Metamucil)</b></p> |
| <p><b>Rougeur de la peau, picotement</b></p>   | <p>Bain d'avoine, Calamine. Parlez avec votre médecin si vous n'êtes pas soulagé.</p>   |

## 8 Quels sont les facteurs de risques de la somnolence grave ?

Certaines personnes sont plus à risque d'avoir de la somnolence grave avec les opiacés.

Ces personnes sont :

- Les bébés de moins de 12 mois
- Les personnes âgées de plus de 70 ans
- Les personnes qui ont des problèmes respiratoires comme l'apnée du sommeil (quand une personne arrête de respirer pour un court moment pendant la nuit ou le jour et semble dormir) ou des maladies pulmonaires obstructives chroniques MPOC
- Les personnes qui ont des problèmes des reins
- Les personnes qui ont des problèmes du foie
- Les personnes qui ont une maladie neuromusculaire ou neurologique
- Les personnes qui souffrent d'obésité
- Les personnes qui ont eu un traumatisme crânien récent
- Les personnes qui prennent des médicaments pouvant causer la somnolence (voir page 7)

Si vous présentez un ou plusieurs de ces facteurs, parlez-en à votre médecin. Il pourrait choisir de commencer par des doses plus petites que d'habitude.

Soyez prudent et respectez bien les consignes de votre médecin et votre pharmacien.

## 9 Questions et réponses

### *Ces médicaments vont-ils m'amener à la toxicomanie?*

Beaucoup de gens croient qu'en prenant la morphine pour la douleur, ils vont développer de l'accoutumance comparable à celle des toxicomanes. En fait c'est très rare. C'est plutôt une dépendance physique qui est résolue si le médicament est arrêté progressivement.

### *Si je prends la morphine, est-ce que ça veut dire que je suis en phase terminale?*

Non, la morphine est prescrite pour toute sorte de douleur. C'est un médicament efficace qui permet de soulager la douleur et par conséquent aider le retour aux activités normales et éviter les complications de l'immobilité.

### *Est-ce que c'est mieux de ne pas prendre les médicaments pour éviter d'avoir des effets secondaires?*

Non, la plupart des médicaments peuvent causer des effets secondaires. Il faut les connaître et en parler avec les professionnels de la santé. Pour les opiacés, la plupart des effets secondaires peuvent être prévenus et gérés.

### *Qu'est ce que je fais si je manque une dose?*

Si vous avez de la douleur prenez votre dose habituelle d'opiacé et prenez la prochaine dose selon l'intervalle indiqué sur la bouteille. Communiquez avec votre pharmacien pour plus d'information.

## 10 Définitions

**Toxicomanie :** Maladie neuro-biologique chronique, et une dépendance psychologique aux médicaments. Elle se caractérise par :

- perte de contrôle relatif à l'utilisation des opiacés
- utilisation compulsive
- utilisation continue malgré le tort causé
- état de manque

**Dépendance physique :** État dans lequel votre corps s'habitue à la médication. Si vous l'arrêtez de façon brusque vous allez avoir des symptômes de sevrage. Cela ne veut pas dire que vous êtes toxicomane.

**Tolérance :** État dans lequel la dose du médicament doit être augmentée avec le temps pour avoir plus de soulagement. Cela ne veut pas dire que vous êtes toxicomane.

**Analgésique :** Un médicament destiné à supprimer ou à atténuer la douleur.

**Etourdissement :** Perte momentanée de sensibilité et d'équilibre, vertige.

**Immobilité :** Etat ou attitude de celui qui est sans mouvement ou incapable de bouger.

**Prescription :** Une ordonnance écrite par un medecin pour la préparation et l'administration d'un médicament ou d'un traitement et qui explique comment et quand le prendre.

**Sevrage :** Ensemble de symptômes qui suivent l'arrêt de certains médicaments. Un état de manque. Quelques exemples de symptômes qui peuvent arriver dans ce cas: mal de tête, transpiration, nausées.

**Si vous avez des questions ou des problèmes,  
vous pouvez contacter :**

CUSM : 514-934-1934

Poste : \_\_\_\_\_

**Info-santé**

Appelez au 811 pour parler à une infirmière

**ou appelez votre pharmacien.**

**Sites et ressources à consulter**

[www.hc-sc.gc.ca](http://www.hc-sc.gc.ca)

Téléphone sans frais : 1-866-225-0709

[www.canadianpainsociety.ca/fr/](http://www.canadianpainsociety.ca/fr/)

[www.canadianpaincoalition.ca/index.php/fr/](http://www.canadianpaincoalition.ca/index.php/fr/)

[www.douleurchronique.ca](http://www.douleurchronique.ca)

*Ce document est protégé par le droit d'auteur. Toute reproduction intégrale  
ou partielle faite sans autorisation écrite expresse est strictement interdite.*

*© droit d'auteur 2012, Centre universitaire de santé McGill.*







**Centre universitaire de santé McGill**  
**McGill University Health Centre**

**IMPORTANT : S.V.P. LIRE**

L'information fournie dans cette brochure sert à des fins éducatives. Celle-ci ne doit aucunement remplacer les conseils ou directives d'un médecin / professionnel de la santé, ou servir de substitut à des soins médicaux. Veuillez communiquer avec un médecin / professionnel de la santé si vous avez des questions concernant votre état de santé.