



**CHU
Sainte-Justine**
Le centre hospitalier
universitaire mère-enfant
Université 
de Montréal

Analgésiques opioïdes à courte action

Informations pour les patients et les familles



Un médecin a prescrit pour vous ou votre enfant des analgésiques opioïdes. Le but de ce dépliant est de fournir de l'information complémentaire à leur utilisation, afin de diminuer la douleur tout en réduisant les effets secondaires et les risques associés.

Que sont les analgésiques opioïdes ?

Les analgésiques opioïdes sont des médicaments qui diminuent la douleur. Un opioïde à courte action a habituellement une durée d'action de 3 à 4 heures. Dans ce dépliant, le terme « opioïde » désigne les opioïdes à courte action (par exemple : morphine, hydromorphone, oxycodone, etc.)



Comment mieux soulager la douleur avec moins d'effets secondaires ?

Administrer d'abord des analgésiques non opioïdes :

acétaminophène (exemples : Tylenol^{MD}, Tempra^{MD}...), ibuprofène (exemples : Advil^{MD}, Motrin^{MD}...), naproxène (exemples : Aleve^{MD}, Naprosyn^{MD}) ou autres analgésiques anti-inflammatoires.



- **Pourquoi ?** Ils permettent de soulager la douleur en utilisant moins d'opioïdes et diminuent les effets secondaires.
- **Pour qui ?** Si votre médecin ou votre pharmacien vous autorise à prendre de l'acétaminophène ou un analgésique anti-inflammatoire (ibuprofène, naproxène ou autre), utilisez-le régulièrement. En l'absence de contre-indication, leur prise est toujours recommandée, même si votre douleur nécessite la prise d'un analgésique opioïde en même temps.
- **Comment ?** En cas de doute, ou si votre prescription n'inclut pas ces médicaments, consultez votre pharmacien pour savoir si vous pouvez les prendre.
- **Jusqu'à quand ?** Lorsque la douleur diminue et que les opioïdes ne sont plus nécessaires, vous pouvez commencer à diminuer les doses des analgésiques non opioïdes.

Soyez imaginatif : la distraction soulage la douleur

- **Pourquoi ?** On a moins mal quand on pense à autre chose.
- **Comment ?** Lire des histoires, faire des jeux, dessiner, écouter de la musique aident à attirer l'attention ailleurs que sur la douleur. Utiliser un positionnement maximisant le confort aide aussi à diminuer la douleur.



Règles permettant d'utiliser les opioïdes de manière sécuritaire



- Respecter rigoureusement la prescription et les consignes du pharmacien et du médecin.
 - Ne pas augmenter la dose! Cela peut être dangereux.
 - Respecter les doses et l'intervalle de temps recommandé entre deux doses.
- Assurez-vous que votre pharmacien vous fournit l'opioïde sous la forme la plus facile à avaler. Sauf sur avis du médecin ou du pharmacien, ne pas couper, écraser, croquer ou mâcher les comprimés ou les capsules. Une forme liquide existe pour la plupart des opioïdes.
- Il est déconseillé de prendre d'autres médicaments en vente libre ou produits naturels sans en discuter préalablement avec votre médecin ou votre pharmacien.
- **Ne pas prendre d'alcool.**
 - L'alcool et les autres substances affectant la vigilance ***son*t à proscrire** avec la prise d'opioïdes, car ils peuvent augmenter les effets indésirables des opioïdes et avoir des conséquences graves.



Quels sont les effets secondaires possibles des opioïdes ?

Les effets suivants ont déjà été observés avec la prise d'opioïdes :

- Constipation;
- Nausées (envie de vomir);
- Somnolence (envie de dormir);
- Démangeaisons (envie de se gratter);
- Difficulté à uriner;
- Étourdissements, diminution d'équilibre.



Si ces effets se manifestent, consultez un pharmacien qui pourra vous suggérer des interventions pour traiter ou atténuer ces effets secondaires.

D'autres effets secondaires plus rares requièrent que vous consultiez rapidement un professionnel de la santé (voir section "Quand consulter un professionnel de la santé" page 6).

Est-ce que certaines activités sont à éviter lorsque l'on prend des opioïdes ?



Oui.

- Pourquoi? Les opioïdes peuvent diminuer la vigilance et causer de la somnolence.
- Quelles activités éviter? Toute activité dangereuse et demandant de la concentration. Par exemple:

Pour les enfants: activités à risque de chute (faire du vélo, grimper dans les structures de jeu, etc.);

Pour les adultes: conduire un véhicule ou manipuler des outils dangereux.

- La SAAQ **interdit la conduite automobile avec facultés affaiblies** par la prise d'analgésiques opioïdes. Discutez-en avec votre médecin ou votre pharmacien.

Quel est le risque de développer une dépendance aux opioïdes ?



Le risque est faible si la médication est prise pour soulager la douleur et non pour une raison autre que celle recommandée (par ex.: but récréatif, pour le plaisir, pour se détendre...). On peut cependant avoir une dépendance physique si on la prend régulièrement pendant plus de 10 jours. En cas de prise prolongée, votre médecin prescrira une diminution progressive qui évitera cette dépendance physique.

Afin de sensibiliser la population aux risques des opioïdes, un règlement fédéral oblige, depuis 2018, l'apposition d'un autocollant de mise en garde sur l'emballage du contenant d'opioïdes et la distribution d'une fiche de renseignements sur les risques liés à leur utilisation.

Si vous avez des questions supplémentaires ou des inquiétudes concernant votre traitement ou celui de votre enfant, n'hésitez pas à en discuter avec votre pharmacien ou votre équipe traitante.

Quelle surveillance doit être effectuée à la maison ?



- Il est recommandé qu'un **adulte soit présent avec la personne** qui prend une nouvelle ordonnance d'opioïdes ou à la suite d'une augmentation de dose pour une **période de 24 heures**.
- Lors de votre retour à domicile, assurez-vous que la personne qui a pris un opioïde ne soit pas trop somnolente une heure après la prise du médicament. Assurez-vous que, si elle dort, elle se retourne dans son lit à la stimulation. Si la personne ne bouge pas avec une stimulation légère, réveillez-la complètement. Cette surveillance est recommandée pour les trois premières doses d'opioïdes.

Quand consulter un professionnel de la santé si des effets secondaires surviennent ?



- Consultez l'**équipe qui vous a prescrit l'opioïde, le pharmacien** ou **Info-Santé au 811** en cas de présence de:
 - Constipation non résolue, nausées non soulagées ou vomissements, difficulté à uriner, démangeaisons importantes non soulagées.
- Se rendre **immédiatement à l'urgence** ou appeler le **911** si:
 - Difficulté à respirer, respiration lente ou irrégulière, absence de réaction à la douleur ou à un bruit fort, enflure de la gorge ou du visage, vision embrouillée, confusion, trouble d'équilibre ou difficulté à marcher, hallucinations, éruption cutanée ou urticaire.

Où dois-je ranger les médicaments et que faire quand le traitement est terminé?



- Ranger les médicaments dans un endroit sécuritaire hors de la portée des enfants ou de toute personne à qui il n'est pas destiné.
- Il est dangereux de garder les médicaments restants: un opioïde pris hors d'un contexte médical peut avoir des conséquences graves pour une personne.
 - **Dès que l'épisode de douleur est résolu, veuillez rapporter vos opioïdes non consommés à votre pharmacie** afin d'éviter l'utilisation d'opioïdes à des fins non médicales par un membre de votre entourage.



