



Guide à l'intention des
patients et des familles
2020

La méthadone pour traiter la douleur chronique

Also available in English:
Using Methadone for Chronic Pain (PM85-0686)



www.nshealth.ca

La méthadone pour traiter la douleur chronique

Comment la méthadone peut vous aider

La méthadone est un analgésique opioïde (antidouleur). Elle est souvent utilisée pour gérer la douleur chronique. La méthadone est un bon choix comparativement à d'autres analgésiques opioïdes, car elle coûte moins cher.

Comment prendre la méthadone

- Prenez la méthadone en suivant exactement les instructions de votre fournisseur de soins de santé.
- Augmentez ou réduisez la dose seulement si votre fournisseur de soins de santé vous le dit.
- **N'arrêtez pas la méthadone tout d'un coup, car vous pourriez avoir des symptômes de sevrage (manque).**
- Prenez la méthadone avec ou sans nourriture.



À quelle fréquence prendre la méthadone

- Il est préférable de prendre la méthadone à des intervalles de temps réguliers pendant la journée (toutes les 8 à 12 heures).
- Le nombre de doses par jour varie d'une personne à l'autre. Suivez l'horaire des doses prescrit par votre fournisseur de soins.

Que faire si vous manquez une dose

Si vous manquez une dose, prenez-la le plus tôt possible. Ne prenez pas la dose manquée si votre prochaine dose est dans moins de 4 heures. Reprenez ensuite votre horaire normal de doses.

Ne prenez pas une double dose.

Précautions spéciales

- Parlez à votre fournisseur de soins de santé avant de prendre de la méthadone si vous êtes enceinte ou si vous allaitez.
- **N'arrêtez pas de prendre ce médicament sauf si votre fournisseur de soins vous dit de le faire.**
- Augmentez ou réduisez seulement votre dose si votre fournisseur de soins de santé vous le dit. Ces instructions vous aideront à mieux soulager votre douleur et à limiter vos effets secondaires.

- **La méthadone reste dans le corps plus longtemps que d'autres antidouleurs et peut s'accumuler dans le système. Pour cette raison, votre fournisseur de soins ou l'unité de traitement de la douleur vous suivra de près au début de votre traitement.**
- **N'arrêtez pas de prendre la méthadone tout d'un coup, car vous pourriez avoir des symptômes de sevrage (manque). Si votre fournisseur de soins vous demande d'augmenter ou de réduire votre dose ou d'arrêter de prendre ce médicament, votre dose sera modifiée lentement sur une période de temps.**
- Dites à votre dentiste, votre pharmacien et tout autre fournisseur de soins de santé que vous prenez de la méthadone.
- La méthadone peut causer des étourdissements ou la somnolence (envie de dormir). Assurez-vous de savoir comment vous réagissez à ce médicament avant de conduire, d'utiliser de la machinerie ou de faire un travail qui nécessite d'être alerte et de bien voir.
- Parlez avec votre fournisseur de soins avant de commencer à prendre tout autre médicament.
- **Ne buvez pas d'alcool pendant que vous prenez de la méthadone.**



Appelez votre fournisseur de soins ou l'unité de traitement de la douleur au 902-473-7672 si vous ressentez une douleur qui s'aggrave depuis plus d'une semaine.

Effets secondaires associés à la méthadone

Vous pourriez avoir des effets secondaires quand vous commencerez à prendre de la méthadone. La plupart des effets secondaires disparaissent au bout de 2 semaines.

Appelez votre fournisseur de soins ou l'unité de traitement de la douleur si les effets secondaires suivants vous causent des problèmes :

- › maux de tête
- › étourdissements ou vertiges
- › somnolence
- › constipation
- › nausée (avoir mal au cœur)
- › contractions musculaires ou manque de contrôle des muscles
- › confusion
- › hallucinations
- › sensibilité accrue à la douleur
- › sueurs

Appelez immédiatement votre fournisseur de soins si :

- › vous ressentez une grande fatigue ;
- › vous dormez tout le temps ;
- › vous êtes confus ou avez des hallucinations ;
- › votre respiration est ralentie ou vous avez de la difficulté à respirer.

Comment conserver la méthadone

- Il est fortement recommandé de garder la méthadone dans une boîte fermée à clé.
- Gardez la méthadone et tous les autres médicaments hors de la portée des enfants et des animaux.
- Gardez la méthadone liquide dans le réfrigérateur **dans une boîte fermée à clé** pour bien la séparer des aliments et des boissons.
- Prenez la méthadone liquide telle quelle ou mélangée avec du jus.
- Gardez la méthadone en comprimés (pilules) à la température de la pièce (15-30 ° C).
- Évitez de garder les médicaments dans un endroit humide, comme une salle de bain.



Notes

Vous avez besoin d'autre information sur des questions de santé?

Vous trouverez la présente publication et toutes nos autres ressources à l'intention des patients à <https://library.nshealth.ca/PatientEducation> (en anglais seulement). Communiquez avec la bibliothèque publique de votre région pour obtenir des livres, des vidéos, des magazines et d'autres ressources. Pour plus d'information, allez à <http://library.novascotia.ca/fr>. Vous pouvez parler à une infirmière autorisée en Nouvelle-Écosse en tout temps, en composant le 8-1-1. Vous pouvez aussi consulter le <https://811.novascotia.ca/?lang=fr>. Pour découvrir d'autres programmes et services offerts dans votre collectivité, composez le 2-1-1 ou allez à <http://ns.211.ca> (en anglais seulement).

*Santé Nouvelle-Écosse fait la promotion d'un environnement sans fumée, sans vapeur et sans parfum.
Nous vous remercions de ne pas porter ni utiliser de produits parfumés.
www.nshealth.ca*

Préparation : Unité de traitement de la douleur

Conception : Services de la bibliothèque de Santé Nouvelle-Écosse

Les renseignements contenus dans la présente publication sont fournis uniquement à titre d'information et d'éducation. Ils ne remplacent pas les conseils médicaux ou les soins de santé offerts par un professionnel de la santé. Si vous avez des questions, veuillez communiquer avec votre fournisseur de soins de santé.

FF85-2193 © Avril 2020 Régie de la santé de la Nouvelle-Écosse

Les renseignements contenus dans la présente publication sont mis à jour tous les trois ans ou au besoin.