

Les gabapentinoïdes

Pour soulager la douleur



Votre médecin vous a prescrit des gabapentinoïdes. Le traitement a pour but de soulager la douleur causée, entre autres, par un nerf endommagé (ex. : sensation de brûlure ou de choc électrique, élancements).

La gabapentine (Neurontin) et la prégabaline (Lyrica) sont deux antiépileptiques fort efficaces pour soulager différents types de douleur, incluant la migraine.

Comment prendre ce médicament ?

Les gabapentinoïdes sont offerts en comprimés ou capsules à avaler. Les premières doses sont souvent faibles. Les doses peuvent être augmentées progressivement, selon les recommandations du médecin. Généralement, la gabapentine est prescrite 3 ou 4 fois par jour et la prégabaline, 2 à 3 fois par jour.

La douleur diminue peu à peu, de 1 à 2 semaines après le début du traitement. Il est important de prendre régulièrement votre médicament et de respecter la dose prescrite.

N'arrêtez jamais de prendre votre médicament du jour au lendemain, car vous pourriez subir un sevrage (mal à dormir, nausées, maux de tête, anxiété, etc.). Vous devez d'abord en parler à votre médecin.

Quelle est la durée du traitement ?

Les gabapentinoïdes servent à soulager une douleur persistante. Le traitement peut durer des mois ou des années. Les gabapentinoïdes se prennent seuls ou en combinaison avec d'autres médicaments.

Quels sont les effets secondaires ?

Les gabapentinoïdes peuvent causer :

- une sécheresse de la bouche
- une augmentation de l'appétit
- un gonflement des jambes ou des pieds
- de la somnolence (envie de dormir)
- des troubles de concentration ou de mémoire
- des étourdissements ou des problèmes d'équilibre

La fatigue des premiers jours diminue à mesure que votre corps s'habitue au médicament. La plupart des effets secondaires diminuent avec le temps.

Aviser votre médecin si vous souffrez d'insuffisance rénale.



Pourrais-je développer une dépendance aux gabapentinoïdes ?

Ces médicaments peuvent parfois entraîner une dépendance physique. Cela veut dire que si vous arrêtez tout d'un coup d'en prendre, vous pouvez avoir des sensations physiques désagréables.

La dépendance psychologique est rare. Elle arrive surtout chez des personnes qui ont des problèmes avec la consommation de médicaments (par exemple, non respect des consignes et des doses prescrites).

Puis-je consommer de l'alcool pendant le traitement ?

L'alcool peut augmenter les effets du traitement sur le cerveau. C'est pourquoi il est conseillé d'éviter ou de limiter la prise d'alcool (et de boissons qui en contiennent) lorsque vous êtes sous l'effet des gabapentinoïdes.

Par contre, attention : n'arrêtez pas tout d'un coup ce traitement dans l'idée de consommer de l'alcool (par exemple, pour une soirée).

Puis-je conduire et faire des travaux manuels pendant le traitement ?

Les gabapentinoïdes peuvent causer de la somnolence. Vous pourriez avoir du mal à conduire une auto ou à utiliser certains outils.

Avant de reprendre le volant ou de manipuler des outils dangereux, assurez-vous d'être fonctionnel et complètement éveillé.



Puis-je prendre des gabapentinoïdes pendant la grossesse ou l'allaitement ?

Votre médecin recommandera peut-être d'arrêter le traitement si vous êtes enceinte ou allaitez votre bébé. On ne connaît pas bien l'effet des gabapentinoïdes sur la grossesse et l'allaitement.

Si vous êtes enceinte ou allaitez, ou si vous prévoyez une grossesse, informez-en votre médecin.



Dois-je suivre une diète spéciale pendant le traitement ?

Non.

Que se passe-t-il si je prends d'autres médicaments ou des produits naturels ?

Certains médicaments ou produits naturels peuvent changer l'effet des gabapentinoïdes. Par exemple, tout médicament qui cause de la somnolence peut augmenter l'effet tranquilisant des gabapentinoïdes. Il est toujours préférable de parler à votre médecin ou pharmacien avant de prendre d'autres produits. Il s'assurera d'éviter les interactions : en changeant le moment où vous prenez vos médicaments ou en vous proposant un autre produit.

Que faire si j'oublie de prendre une dose ?

Prenez-la dès que possible. Par contre, si l'heure de la prochaine dose approche, attendez au moment habituel.

Ne doublez pas la dose.

Où dois-je ranger mon médicament ?



Rangez-le dans un endroit sûr, à l'abri des enfants. Les médicaments sont sensibles à la chaleur et l'humidité. Ne les rangez pas dans la cuisine ou la salle de bains.

Que faire en cas d'urgence ou d'overdose (surdosage)?

Important : rendez-vous à l'urgence. Pour une assistance immédiate, composez le **9-1-1**.



RAPPELEZ-VOUS

Vous pouvez agir sur votre douleur!
Comment? En pratiquant :

- des activités légères
- des exercices progressifs
- la relaxation
- vos loisirs et passe-temps favoris

Mangez bien pour garder un poids santé. Dormez suffisamment pour vous sentir reposé. Prenez vos médicaments comme prévu.



Pour votre santé et celle de vos proches : ne prenez jamais les médicaments d'une autre personne et ne partagez jamais les vôtres.

À qui m'adresser pour demander de l'aide ou poser des questions?

Si vous avez des questions sur la médication, posez-les à votre pharmacien ou à l'infirmière. Sinon, posez-les à votre médecin à votre prochain rendez-vous.



RESSOURCES UTILES

Association québécoise de la douleur chronique
> douleurchronique.org

Société canadienne de la douleur
> canadianpainsociety.ca

Société Française d'Étude et de Traitement de la Douleur
> sfetd-douleur.org

International Association for the Study of Pain
> iasp-pain.org

Il existe d'autres fiches santé produites par le CHUM. Demandez lesquelles pourraient vous convenir.



Vous pouvez aussi les consulter directement sur notre site chumontreal.qc.ca/fiches-sante

Le contenu de ce document ne remplace d'aucune façon les recommandations faites, les diagnostics posés ou les traitements suggérés par votre professionnel de la santé.

Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal
chumontreal.qc.ca



Questions

Notez les questions que vous voulez poser à votre équipe de soins pour ne pas les oublier.





Observations - Remarques

Notez les observations que vous jugez importantes : sur vos symptômes, vos soins, votre suivi, votre niveau d'énergie, etc.





Prochains rendez-vous

Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal
chumontreal.qc.ca