

Les opioïdes pour soulager une douleur aiguë



Vous allez bientôt avoir une opération. Après, vous devrez prendre des opioïdes pour soulager la douleur. Cette fiche vous explique les effets de ces médicaments et les précautions à prendre.

Que sont les opioïdes ?

Ce sont des médicaments très puissants pour soulager la douleur. Ils sont utilisés pour traiter les douleurs modérées à très fortes. Ils se présentent sous plusieurs noms, comme :

- Oxycodone (Supeudol)
- Hydromorphone (Dilaudid)
- Statex (Morphine)
- Tramadol (Tramacet)
- Fentanyl (Duragésic)
- Méthadone

Pourquoi dois-je prendre des opioïdes ?

Il est très fréquent d'avoir une ordonnance d'opioïdes après une opération ou quand on sort de l'hôpital. Ils aident à soulager la douleur, à bouger et à reprendre ses activités.

Dans ces cas-là, les opioïdes sont donnés, en général, pour une courte durée.



Quels sont les risques ?

S'ils sont pris trop longtemps ou ne sont pas pris comme ils ont été prescrits, ils peuvent causer certains problèmes. Par exemple :

- le corps peut s'habituer à eux, ce qui diminue leur efficacité et augmente la sensation de douleur
- ils peuvent créer une dépendance

Il faut donc diminuer les doses le plus vite possible. Pour y arriver, le recours à d'autres médicaments ou à d'autres techniques en même temps peut être utile.



N'arrêtez jamais de prendre un opioïde du jour au lendemain. Vous pourriez avoir des symptômes de sevrage (sueur, tremblements, crises de larmes, humeur irritable, etc.). Parlez-en d'abord à votre médecin.



Quels sont les effets secondaires ?

La prise d'opioïdes peut provoquer :

- > Une envie de dormir (sommolence)
- > Une envie de vomir (nausée)
- > De la constipation
- > Une envie de se gratter (prurit)
- > Une respiration plus lente et moins profonde qu'en temps normal (dépression respiratoire)
- > Une sensation intense de plaisir (euphorie)
- > De la confusion et des hallucinations
- > Une perte d'équilibre et des risques de chutes

Pour diminuer les risques et les effets secondaires, il est important de :

- Respecter la dose prescrite
- Ne pas mélanger avec d'autres médicaments puissants contre la douleur (sédatifs)
- Ne pas conduire



Est-ce normal de prendre des opioïdes et de toujours avoir mal ?

Il arrive que ces médicaments ne soulagent pas complètement la douleur après une opération.

Si la douleur dure ou ne fait qu'augmenter, parlez-en à un professionnel de la santé. Les opioïdes prescrits n'ont peut-être plus l'effet voulu. Il y a peut-être aussi d'autres causes. Il faut donc faire une nouvelle évaluation médicale.

Si vous avez toujours mal malgré la prise d'opioïdes, il est possible que votre médecin vous conseille de prendre en même temps certains médicaments (ex. : Tylenol). Cela permet de réduire la douleur sans prendre plus d'opioïdes et de diminuer ceux-ci peu à peu. Suivez à la lettre les indications de votre médecin, car prendre des opioïdes avec d'autres médicaments peut, dans certains cas, être très dangereux.

Que puis-je faire d'autre contre la douleur ?

Différentes méthodes peuvent avoir un effet sur votre douleur, comme :

- > Faire des exercices de respiration.
- > Constater sans jugement ce que votre corps et votre esprit ressentent (y compris la douleur et les émotions). C'est ce qu'on appelle la « pleine conscience ».
- > Vous distraire avec une activité qui vous intéresse (ex. : loisir, arts, voir des proches) ou qui demande de vous concentrer sur le moment présent (ex. : coloriage, tricot, puzzle).



Pour plus de trucs, consultez la fiche santé [Les autres moyens pour gérer la douleur.](#)

Quelles précautions dois-je prendre ?

Ne prenez jamais d'opioïdes en même temps que d'autres produits qui peuvent endormir ou rendre la respiration plus lente et moins profonde (ex. : somnifère, alcool, drogue).

Ne prenez jamais d'opioïdes pour :

- vous endormir
- diminuer l'anxiété
- le plaisir
- toute autre raison que celle pour laquelle on vous les a prescrits

Où dois-je ranger mes médicaments ?

Mettez-les dans un endroit sûr, à l'abri des enfants et fermé à clé. Ils sont sensibles à l'humidité : ne les rangez pas dans la cuisine ou la salle de bain.



Gardez-les toujours dans leur contenant original.

Lorsque vous n'en prenez plus, rappez ceux qui restent à la pharmacie.

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

Pour toute question liée à votre santé, vous pouvez appeler une infirmière du Centre d'appels du CHUM.

> 514 890-8086

Ce service est offert 7 jours sur 7, 24 heures sur 24. Lors de l'appel, assurez-vous d'avoir votre carte d'assurance maladie en main.



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.



RESSOURCES UTILES

Autres fiches santé à consulter :

[Anti-inflammatoires non stéroïdiens pour soulager la douleur](#)

[Antidépresseurs tricycliques pour soulager la douleur](#)

[Opioides à action rapide pour soulager la douleur](#)

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



BLOC-NOTES



Questions



Personnes-ressources et contacts

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

