

## **Suboxone : Puisque vous êtes prêt à commencer un traitement**

***Tiré de : «Suboxone, puisque vous êtes prêt à commencer un traitement.», par Reckitt Benckiser, 2008.***

### Le traitement par Suboxone

Pour traiter la dépendance aux opioïdes, vous devez former un partenariat avec le professionnel de la santé qui vous prend en charge et, dans le cadre de votre traitement, il est essentiel que vous ne lui cachiez rien. Avant de commencer à prendre Suboxone, sentez-vous libre de tout lui dire; informez-le notamment de vos maladies ou problèmes de santé antérieurs, ainsi que des substances d'ordonnance ou en vente libre, défendues ou illicites, que vous prenez. Il ne faut pas oublier que vous travaillez main dans la main avec votre soignant afin d'obtenir les résultats les plus positifs.

### Qu'est-ce que Suboxone?

Suboxone est un comprimé qui associe la buprénorphine et la naloxone en un seul comprimé destiné au traitement de la dépendance aux opioïdes. La buprénorphine est l'ingrédient actif qui traite votre problème de dépendance si vous prenez les comprimés correctement.

On ajoute la naloxone à Suboxone pour décourager l'injection des comprimés de Suboxone. Si vous prenez Suboxone sous la langue tel que prescrit, la naloxone qui entre dans sa composition ne devrait pas entraver les effets du médicament. Toutefois si vous vous injectez Suboxone, la naloxone peut provoquer des symptômes de sevrage désagréables.

### Usage approprié de Suboxone

Prenez Suboxone exactement comme votre médecin vous l'a recommandé. Comme dans le cas des autres opioïdes, l'usage inapproprié de Suboxone peut entraîner des effets indésirables graves et même entraîner la mort.

### Le début du traitement

Une fois que vous avez décidé avec votre médecin que vous êtes prêt à vous engager dans un traitement par Suboxone, vous déterminerez avec lui la date où vous commencerez à prendre cet agent, car avant le début de votre traitement vous devez être sevré des autres substances que vous prenez. Si vous prenez des opioïdes comme l'héroïne ou l'oxycodone, par exemple, vous devez arrêter d'en prendre au moins 24 heures avant de commencer à prendre Suboxone. Si vous êtes actuellement sous

méthadone, vous devez arrêter d'en prendre au moins 24 heures avant de commencer à prendre Suboxone. **Vous devez être en sevrage pour ressentir les bienfaits de Suboxone, car si vous avez des opioïdes dans votre organisme quand vous prenez cet agent, votre expérience du traitement sera négative. Si cela vous inquiète, parlez-en à votre médecin.**

Pendant les premiers jours de votre traitement, il se pourrait que vous ayez à voir votre médecin ou le soignant qui vous prend en charge plusieurs fois par jour pour que votre état se stabilise grâce à la dose appropriée. Une fois que vous prenez la dose d'entretien, vous serez suivi de près par votre soignant pendant les 2 premiers mois de traitement. Au cours de cette période, vous allez devoir prendre Suboxone en présence d'un professionnel de la santé (médecin, pharmacien(ne) ou infirmier(ère)).

Après un certain laps de temps, cette personne réexaminera votre situation, et il se peut qu'on vous permette de prendre les doses de Suboxone à la maison. Avec le professionnel de la santé qui vous soigne, vous établirez le régime qui vous convient.

#### Comment devez-vous prendre votre médicament?

Placez le ou les comprimés de Suboxone sous la langue et laissez-les se dissoudre ce qui peut prendre de 2 à 10 minutes. **N'avalez pas** les comprimés.

#### Quelle est la dose habituelle?

Votre médecin déterminera la dose appropriée et pourrait l'ajuster selon votre réponse au traitement.

#### À quelle fréquence devez-vous prendre votre médicament?

En général, on prend Suboxone une fois par jour. Vous déterminerez la durée de votre traitement avec votre médecin, compte tenu de vos objectifs. Ne modifiez pas votre traitement de quelque façon que ce soit et ne l'arrêtez pas sans l'accord de votre médecin. L'arrêt du traitement peut provoquer des symptômes de sevrage. Prenez toujours Suboxone en respectant les recommandations de votre médecin.

Appelez votre médecin ou cherchez immédiatement de l'aide médicale si, pendant votre traitement par Suboxone, les problèmes suivants surviennent :

- Sensation d'évanouissement, vertiges, confusion ou tout autre symptôme inhabituel
- Respiration plus lente que celle qui est normale dans votre cas

Il peut s'agir de signes de surdosage ou d'autres problèmes médicaux graves.

Voici les informations les plus importantes au sujet de Suboxone (veuillez les lire attentivement) :

- **L'usage inapproprié de Suboxone par injection peut avoir des effets secondaires sérieux**, comme de graves difficultés respiratoires, des infections graves (lesquelles peuvent léser considérablement vos poumons ou votre cœur) ainsi que des abcès, de l'inflammation et autres réactions cutanées.
- **N'utilisez pas Suboxone de façon inappropriée, car le surdosage peut être mortel**, particulièrement si vous l'utilisez en association avec des tranquillisants, des somnifères ou de l'alcool. Ce médicament peut provoquer de la somnolence, laquelle peut être intensifiée par la prise d'alcool ou d'anxiolytiques. Prenez Suboxone exactement comme votre médecin vous l'a prescrit. Soyez particulièrement prudent si vous prenez en même temps des antidépresseurs ou des anxiolytiques.
- **Ne prenez Suboxone que pour traiter le trouble pour lequel il vous a été prescrit.** Ne le prenez pas si vous n'avez pas encore 18 ans ou si vous avez plus de 65 ans.
- **Ne donnez pas Suboxone à d'autres personnes.**
- **Suboxone peut causer une pharmacodépendance**, ce qui signifie que vous pouvez manifester des symptômes de sevrage si vous en arrêtez trop brusquement la prise. Suboxone n'est pas destiné à un usage occasionnel (« au besoin »).
- Ce médicament peut provoquer des symptômes de sevrage si vous le prenez moins de quatre heures après un opioïde (morphine, héroïne ou produits apparentés). C'est la raison pour laquelle vous devez être en sevrage avant de pouvoir utiliser Suboxone.
- Il pourrait s'avérer utile de dire aux membres de votre famille et à vos amis que vous prenez Suboxone pour traiter votre dépendance aux opioïdes. **En cas d'urgence**, les membres de votre famille peuvent informer le personnel du service des urgences que vous êtes dépendant aux opioïdes et que vous êtes traité par Suboxone.
- **Conduite d'un véhicule automobile ou utilisation de machines :** Suboxone peut vous rendre somnolent. Abstenez-vous de conduire ou d'utiliser des machines tant que vous ne savez pas quel effet ce médicament peut avoir dans votre cas.
- Ce produit médicamenteux peut masquer la douleur indiquant la présence de certaines maladies. N'oubliez pas de prévenir votre médecin que vous prenez ce médicament.

- **Grossesse et allaitement au sein** : La prise de Suboxone au cours de la grossesse est contre-indiquée. N'allaitiez pas votre enfant si vous prenez Suboxone.
- **Gardez ce médicament hors de la portée des enfants** : Conservez Suboxone en un lieu sûr, comme une armoire verrouillée, pour en prévenir l'ingestion accidentelle par un enfant.

### La décision de traiter votre dépendance aux opioïdes – une mesure positive

**Pour vous aider à traverser toute période difficile pendant votre traitement, les conseils ci-dessous pourraient vous motiver à persévérer**

#### Planifiez vos journées

Prenez tous les soirs quelques minutes pour planifier la journée du lendemain. Notez vos plans pour les rendre plus concrets. Lorsque vous planifiez vos activités pour le lendemain, divisez-les en *activités que vous devez accomplir et en activités que vous avez envie d'accomplir*. Vous pourrez ainsi mieux gérer votre temps et mener à bien toutes les tâches que vous devez effectuer. N'oubliez pas de prévoir des moments de détente!

#### Il vous faut dormir

Il est important d'essayer de dormir au moins huit heures toutes les nuits. En ralentissant vos activités dans la soirée et en relaxant, vous aurez plus de chance de profiter d'une bonne nuit de sommeil. S'il vous est difficile de relaxer, essayer de prendre un bain chaud, de faire du yoga ou d'écouter une musique apaisante ou de relaxation.

#### Exercice

L'exercice est une excellente façon de commencer vos journées et de vous motiver davantage. Tout mouvement qui pousse votre cœur à pomper le sang et qui vous fait transpirer constitue un bon choix! L'exercice quotidien met votre corps en forme et améliore votre humeur.

#### Parlez de vos problèmes

S'il vous semble difficile de traverser la journée, n'hésitez pas à demander de l'aide. Trouvez une personne à laquelle vous pouvez vous confier : un membre de votre famille ou un ami compréhensif peut vous aider à sortir vos frustrations ou à verbaliser vos problèmes. Et n'oubliez pas que vous pouvez toujours parler à votre médecin, conseiller en toxicomanie, travailleur social ou infirmier(ère). Suboxone fait partie d'un

programme de traitement global, donc assurez-vous d'obtenir de l'aide de la part de toutes les personnes qui vous entourent. Demandez des conseils quand vous en avez besoin. Si vous n'avez pas d'ami ou de membre de votre famille à qui vous confier ou si vous vous sentez mal à l'aise de parler d'un certain problème avec ces personnes, vous pouvez vous appuyer sur vos pairs ou sur un groupe de soutien ou, même, consulter un conseiller professionnel.

### Récompensez-vous

Pour vous motiver davantage, essayez de vous récompenser tous les jours, toutes les semaines ou tous les mois si vous atteignez un certain objectif. N'importe quelle récompense qui vous gratifie véritablement est appropriée. Une fois que vous vous fixez un objectif et que vous souhaitez obtenir une récompense, vous serez plus facilement motivé que vous ne le pensez!

### Montrez-vous reconnaissant

Parfois, vous pouvez avoir l'impression que tout est perdu. Regardez alors autour de vous, pensez à ce que la vie vous a apporté et appréciez les progrès que vous avez réalisés – même le plus insignifiant est un pas en avant. Le fait que vous ayez décidé de vous faire traiter est un en avant important. Restez en contact avec les personnes qui vous ont aidé ou qui vous ont soutenu durant votre parcours, et témoignez-leur votre gratitude.