

Le sevrage de la fluoxétine

Les auteurs anglo-saxons recommandent de débiter le sevrage de la fluoxétine sur **un rythme de diminution de 10% de la dose en cours tous les 30 jours et d'ajuster ensuite**, en fonction des symptômes de sevrage rencontrés. Cela nous paraît logique étant donné que d'une part le pourcentage de diminution proposé respecte les règles de diminution de la méthode des 10% et que la longueur du palier de stabilisation a été ajustée en fonction de la spécificité de la fluoxétine qui est d'avoir une capacité à « auto-allonger » la durée de sa demi-vie jusqu'à presque 1 mois.

Maintenant, étant donné que, d'une part, la durée de la demi-vie n'est pas égale à la durée de l'effet et que, d'autre part, il existe des différences individuelles dans la capacité de l'organisme à métaboliser cette molécule, il est raisonnable de penser qu'à la fois la longueur du palier et le pourcentage de diminution de dose devront être ajustés aux particularités individuelles de chacun.

D'autres protocoles de sevrage de la fluoxétine sont proposés par les auteurs anglo-saxons

Outre-Manche et outre-Atlantique, le Prozac est considéré comme un des antidépresseurs qui « s'auto-sèvre facilement ». Les utilisateurs anglophones parlent du Prozac, comme d'un antidépresseur *Self-tapering*, c'est-à-dire comme d'un antidépresseur qui ne nécessite qu'un sevrage court de part sa capacité à allonger sa durée de vie dans l'organisme en inhibant sa propre métabolisation. Les protocoles de sevrage court proposés pour arrêter la fluoxétine sont les suivants :

Healy (2011) explique qu'à partir d'une dose de 10 mg de fluoxétine, il est possible de réduire le prise de fluoxétine de 1 mg par semaine (ou sur plusieurs semaines/mois si nécessaire). L'auteur propose d'allonger la longueur du palier si ça devient difficile.

Phelps (2005) suggère qu'en s'appuyant sur la particularité de la fluoxétine qui est d'avoir une demi-vie très longue, il est possible, à partir d'une dose de 10 mg de Prozac, d'enlever cette dose journalière un jour par semaine. Voici son protocole :

Semaine 1 : prendre 10 mg de fluoxétine tous les jours de la semaine, sauf le dimanche

Semaine 2 : prendre 10 mg de fluoxétine tous les jours, sauf le dimanche et le mercredi

Semaine 3 : prendre 10 mg de fluoxétine tous les jours, sauf le dimanche, le mardi et le mercredi

Semaine 4 : prendre 10 mg de fluoxétine tous les jours, sauf le dimanche, le mardi, le mercredi et le vendredi

Et ainsi de suite, jusqu'à ne prendre plus qu'une dose de 10 mg de fluoxétine un jour par semaine et ensuite, arrêter.

Le protocole de Phelps pourrait être représenté sous la forme d'un tableau, comme suit :

	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Semaine 1	0	10 mg	10 mg	10 mg	10 mg	10 mg	10 mg
Semaine 2	0	10 mg	10 mg	0	10 mg	10 mg	10 mg
Semaine 3	0	10 mg	0	0	10 mg	10 mg	10 mg
Semaine 4	0	10 mg	0	0	10 mg	0	10 mg
Semaine 5	0	10 mg	0	0	0	0	10 mg
Semaine 6	0	10 mg	0	0	0	0	0
Semaine 7	0	0	0	0	0	0	0

Il nous semble cependant que débiter le sevrage de la fluoxétine avec des diminutions de 10% tous les mois et d'ajuster ensuite en fonction des symptômes de sevrage et des difficultés qui se présentent est une solution plus judicieuse et plus à même de permettre au sevrage d'aller à son terme.