

Le sevrage des benzodiazépines

Le sevrage des benzodiazépines peut se réaliser de manière directe ou indirecte. Généralement, les benzodiazépines à demi-vie longue sont sevrées directement, alors que les benzodiazépines à demi-vie courte sont préférentiellement remplacées par une benzodiazépine à demi-vie longue, comme le **prazépam** (Lysanxia, Demetrim) ou le **diazépam** (Valium, Psychopax) et donc sevrées de manière indirecte.

Le sevrage se fait à partir de la méthode des 10%. Dans le manuel de la Prof. Ashton, il est proposé de procéder à une diminution de 5 à 10% par palier de 10 à 21 jours.



Thérèse explique que la technique de sevrage conseillée est sans aucun doute la TITRATION qui permet de dissoudre les comprimés dans de l'eau lorsque la formule gouttes n'existe pas, sinon il y a lieu d'utiliser la SUBSTITUTION qui permet de passer d'une benzodiazépine à demi-vie courte à une benzodiazépine à demi-vie longue.

Thérèse insiste sur le fait que le SEVRAGE obéit à des règles précises et que se sevrer seul est très difficile étant donné que les benzodiazépines sont des médicaments dangereux qui entraînent un état de DÉPENDANCE particulièrement difficile à vaincre!

Mais avant de débiter le sevrage, il est important de :