

À savoir concernant la substitution

Par Thérèse

Dans le cas des benzodiazépines :

- La substitution, c'est le passage progressif d'une molécule à une autre: le corps doit « se sevrer » de sa molécule d'origine pour en accepter une autre.
- Il faut environ 4 semaines, en respectant des paliers d'une semaine, pour que la nouvelle molécule trouve toute sa puissance.
- Il peut y avoir des petits symptômes de sevrage.
- Certains peuvent se sentir « shootés » et il y a lieu de réajuster la dose de l'équivalence à la baisse.
- S'il y a apparition de symptômes de manque, il faut faire une petite augmentation de la dose de la molécule de substitution.
- La substitution peut s'étaler sur 15 jours pour des petites doses à sevrer et se fait généralement sur 4 semaines, voire 8 à 12 semaines pour des doses plus importantes. Mais, il vaut mieux ne pas dépasser 8 semaines à cause de l'entrée en tolérance, laquelle se manifeste dès 4 semaines environ.
- À l'intérieur d'un plan de substitution, tous les ajustements de doses sont possibles, comme de reporter sur le soir la dose la plus grande...
- On peut reporter la dose du midi sur le matin pour ne faire que 2 prises dans la journée.
- On peut diminuer le Lysanxia de 1 ou 2 gouttes si la sédation est trop importante.
- Le plan de substitution n'est pas standard et doit être adapté à chacun en fonction de ses réactions et si une modification est apportée, ne faire qu'un changement à la fois avec 1 ou 2 gouttes par prise et sur au moins 10 jours.
- Les symptômes sont en général transitoires et il vaut mieux laisser à l'organisme le temps de s'adapter.
- Observer une phase de stabilisation de 2 à 4 semaines avant de commencer le sevrage à proprement parler.