

Je consomme des médicaments codéinés : que devrais-je savoir ?

Dr. ROGER ALBERT Onco-Radiothérapeute

Adresse du site : www.docvadis.fr/roger-albert-1-1



Validé par
le Comité Scientifique Infectiologie

Les médicaments codéinés sont indiqués pour le traitement de la douleur et de la toux sèche. Leur usage inadapté, favorisé notamment par leur disponibilité en vente libre, peut créer une dépendance et avoir des effets néfastes sur la santé.

Qu'est-ce que la codéine ?

La codéine est dérivée de l'opium extrait du pavot (*Papaver somniferum*). C'est une substance opiacée comme la morphine ou l'héroïne, présente dans des médicaments destinés à calmer la toux sèche ou à lutter contre la douleur. Les médicaments contre la toux se présentent généralement sous forme de sirop et ceux pour soulager les douleurs sous forme de cachets, associant le plus souvent à la codéine d'autres molécules antalgiques.

Puis-je devenir dépendant ?

La codéine peut créer une dépendance physique et psychique lorsqu'elle est consommée durant de longues périodes.

Vous pouvez devenir dépendant si vous êtes un usager de drogues opiacées

et consommez de manière importante de la codéine comme produit d'appoint, pour calmer un état de manque entre deux prises, ou entreprendre un sevrage.

Un usage inadapté de médicaments obtenus sans ordonnance, au marché noir, ou auprès de plusieurs médecins (on parle alors de sollicitation d'ordonnances) vous expose également au risque de dépendance.

Vous êtes peut-être dépendant si :

- Vous éprouvez très régulièrement le besoin de prendre vos médicaments, vous ne contrôlez plus votre consommation et votre dose journalière est bien supérieure à celle prescrite par votre médecin ou à la posologie habituelle.
- Vous ressentez des troubles physiques et psychiques lorsque vous stoppez votre consommation : anxiété, troubles du sommeil, nausées, tremblements, douleurs abdominales, diarrhée, dépression...
- Votre consommation de médicaments a pris une place centrale dans votre vie, vous vous isolez socialement.

Quels sont les risques d'une consommation excessive de médicaments codéinés ?

Les médicaments à base de codéine ont des effets secondaires : sécheresse buccale, nausées, constipation, somnolence, baisse de la tension, rétention urinaire, diminution de la libido, etc. Ces effets secondaires seront d'autant plus importants que votre consommation sera excessive. La constipation peut notamment aboutir à un état de sub-occlusion.

Une prise de codéine en quantité supérieure à la dose limite supportable par votre organisme (un surdosage) vous expose également à un risque potentiellement fatal de dépression respiratoire, notamment si vous souffrez d'insuffisance respiratoire.

La consommation importante d'antalgiques associés à la codéine dans certains médicaments antidouleur est également toxique et susceptible d'entraîner des saignements, ou des dommages irréversibles au niveau du foie ou des reins. Les personnes atteintes d'une hépatite doivent être particulièrement vigilantes.

Enfin, des interactions sont possibles et particulièrement dangereuses avec des médicaments psychotropes (antidépresseurs, sédatifs, neuroleptiques),

ou avec l'alcool.

J'ai envie de me faire aider

Si vous avez des doutes sur votre dépendance, parlez-en à votre médecin traitant. Il vous aidera à préparer un programme de sevrage avec une diminution progressive des doses et une prise en charge de vos éventuels symptômes liés au manque de codéine.

Si nécessaire, il vous orientera vers un psychiatre ou un centre spécialisé de prise en charge des addictions.

Pour éviter toute dépendance à la codéine, ne dépassez ni la dose ni la durée du traitement prescrit par votre médecin ou inscrit sur la notice. Ne prenez pas de médicaments à base de codéine en cas de grossesse, d'allaitement, de maladies respiratoires ou si vous êtes dépendant d'autres opiacées. Suivez l'avis de votre médecin ou de votre pharmacien lorsque vous prenez d'autres médicaments antalgiques ou des psychotropes.