

Traitement de maintien à la méthadone.

Le TMM ne s'applique pas uniquement aux personnes ayant une dépendance à l'héroïne. En fait, de plus en plus de personnes en Ontario adoptent la méthadone pour traiter une dépendance aux analgésiques opioïdes sur ordonnance.

Il y a quelques années, j'ai eu des ennuis avec la drogue. C'était un moment difficile – je vivais un divorce odieux et j'étais très déprimé. La bonne nouvelle est que je m'en suis sorti, grâce au counseling et à la méthadone. Maintenant j'ai un emploi et un bon système de soutien. Mon patron accepte même de me couvrir quand je dois aller chercher mes doses à emporter à domicile chaque semaine. Ça n'a pas été facile, mais je dois dire honnêtement que la vie semble meilleure.

Kelly, suit le TMM depuis 2 ans



J'ai essayé la drogue à la fin de mon adolescence. Avant de comprendre ce qui m'arrivait, j'avais développé une dépendance à des pilules qui me dépassait complètement. Quand j'ai finalement cherché de l'aide, on m'a dit de me sever brutalement. Grave erreur. Heureusement, j'ai trouvé un traitement qui m'a aidée : le counseling et la méthadone. Je contrôle de nouveau ma vie.

Catherine, suit le TMM depuis 4 ans



Ça n'a pas été facile de me procurer la méthadone dont j'ai besoin pour ne plus toucher à la drogue. Il ne faut plus que je touche à la drogue. J'ai fait du pouce dans des tempêtes de neige et pire. Un médecin croyait que j'essayais simplement de triper. Mais je suis parmi les chanceux. J'ai maintenant une clinique dans mon voisinage et je fais du counseling auprès des adolescents.

Sam, suit le TMM depuis 3 ans



La méthadone sauve des vies.ca

- Traitement
- Counseling
- Soutien

Le financement de ce projet est offert par le gouvernement de l'Ontario.

Pour tout renseignement sur des questions de toxicomanie et de santé mentale, veuillez vous adresser au Centre de renseignements McLaughlin de CAMH :

Sans frais : 1 800 463-6273

À Toronto : 416 595-6111

Il se peut que cette publication soit disponible dans des supports de substitution. Pour tout renseignement sur les supports de substitution, pour commander des exemplaires en quantité de cette brochure ou pour commander d'autres publications de CAMH, veuillez vous adresser aux Ventes et distribution :

Sans frais : 1 800 661-1111

À Toronto : 416 595-6059

Courriel : publications@camh.net

Site Web : www.camh.net

Copyright © 2008 Centre de toxicomanie et de santé mentale



Centre for Addiction and Mental Health
Centre de toxicomanie et de santé mentale

Un Centre collaborateur de l'Organisation panaméricaine de la santé et de l'Organisation mondiale de la Santé

Affilié à part entière à l'Université de Toronto

Available in English.

La méthadone sauve des vies.

Analgésiques sur ordonnance et traitement de maintien à la méthadone

- Traitement
- Counseling
- Soutien



Centre for Addiction and Mental Health
Centre de toxicomanie et de santé mentale

Que sont les opiacés ?

Les opiacés comprennent des substances telles que l'opium, la morphine, la codéine, l'oxycodone et l'héroïne. Lorsqu'on les prescrit, ils luttent efficacement contre la douleur découlant d'une blessure, d'une chirurgie ou d'une maladie. Dans certains cas cependant, les opiacés peuvent produire une extase euphorique et créer une dépendance.

Dépendance aux opiacés à la hausse

On estime que 30 000 personnes en Ontario ont une dépendance aux opiacés. La majorité des personnes qui cherchent présentement un traitement contre la dépendance aux opiacés utilisent des médicaments sur ordonnance, obtenus légalement ou illégalement. C'est un problème tout à fait réel. Pourtant un grand nombre d'entre nous sommes gênés d'en parler – et encore plus de chercher des solutions.

Il faut des renseignements, de la patience et des soins pour traiter ce problème.

Analgésiques utilisés couramment

- **l'oxycodone**
(p. ex., Percocet, OxyContin)
- **la codéine**
(p. ex., Tylenol 3, Tylenol 1)
- **la morphine**
- **l'hydromorphone** (p. ex., Dilaudid)
- **la mépéridine** (p. ex., Demerol)



Nous avons créé le site www.lamethadonesauvedesvies.ca pour aider les personnes qui ont une dépendance aux opiacés, de même que leurs amis et leur famille, à parler des drogues opiacées et à s'informer au sujet des traitements, dont le counseling et le traitement de maintien à la méthadone supervisé.

Le TMM : une méthode de soins éprouvée

Le traitement de maintien à la méthadone (le TMM) est une pharmacothérapie médicalement reconnue qui, combinée au counseling et à d'autres soutiens psychosociaux, est un traitement efficace contre la dépendance aux opiacés.

La méthadone est un opiacé à action prolongée qui aide à gérer les états de besoin et à atténuer les symptômes de sevrage. Elle aide les personnes ayant une dépendance aux opiacés à atteindre la stabilité, leur permettant de reprendre une vie saine et productive. C'est bon pour la personne et c'est bon pour la collectivité.

La méthadone : FAQ

La méthadone ne remplace-t-elle pas simplement une dépendance par une autre ?

Pensez à la méthadone comme à une option possible de traitement – comme vous le feriez pour tout autre médicament. La bonne dose, combinée au soutien et au counseling, élimine les symptômes physiques du sevrage et permet aux clients de mener une vie stable.

La méthadone me rendra-t-elle euphorique ?

Lorsqu'elle est administrée en dose orale thérapeutique, la méthadone ne procure pas un sentiment d'euphorie.

Combien de temps devrai-je prendre de la méthadone ?

La durée du traitement à la méthadone dépend de l'individu. Certains personnes pourront réduire son utilisation progressivement, alors que d'autres devront continuer le traitement pendant de nombreuses années.

Y a-t-il des effets secondaires ?

Lorsque votre dose est stabilisée, la méthadone est généralement un médicament bien toléré. La plupart des gens ressentent peu ou pas d'effets secondaires, qui peuvent comprendre la transpiration et la constipation.

L'accès à la méthadone aura-t-il un effet négatif sur le voisinage ?

Étant donné que la méthadone est un médicament sur ordonnance qui élimine les symptômes de sevrage, elle permet aux gens de mener une vie stable sans avoir recours à un comportement criminel pour obtenir des drogues.

Y a-t-il d'autres traitements contre la dépendance aux opiacés ?

Oui. Le counseling en toxicomanie et les groupes de soutien tels que Narcotiques Anonymes sont des options à prendre en considération. La buprénorphine (commercialisée sous le nom de Suboxone au Canada) est un autre médicament utilisé comme traitement de substitution d'un opioïde.

Depuis que j'ai commencé à utiliser la méthadone, je suis libéré du fardeau physique et mental écrasant de l'utilisation de drogues illégales. Je me sens mieux ; j'ai meilleure mine – je joue même de nouveau au hockey avec mon garçon.

Tony, 36 ans, suit le TMM depuis 6 ans

Ma récompense est d'avoir la chance d'apprécier ma famille, d'avoir trouvé un emploi, d'avoir une bonne santé mentale et physique et de contrôler, enfin, mon propre bonheur.

Margaret, 51 ans, suit le TMM depuis 11 ans

Tous les stéréotypes qui entourent la méthadone empêchent tant de gens de l'adopter. Il faut que les gens comprennent que la méthadone est correcte et donne des résultats.

Beth, 42 ans, suit le TMM depuis 4 ans



« Je peux voir des changements très rapidement chez les personnes qui suivent ce programme. En deux ou trois semaines, leur visage s'éclaircit, elles sont de meilleure humeur et elles commencent à changer leur vie. »

D^{re} Lisa Bromley
Centre de santé communautaire
Côte-de-sable, Ottawa

Il y a de l'aide.

Si vous ou quelqu'un que vous connaissez avez une dépendance à l'héroïne ou à des analgésiques sur ordonnance depuis plus d'un an et avez essayé d'autres méthodes de traitement, la méthadone pourrait être une solution. Parlez à votre fournisseur de soins de santé ou à votre conseiller en toxicomanie de la possibilité d'entreprendre le programme de traitement de maintien à la méthadone qui vous convient.

Pour obtenir plus de renseignements, visitez www.lamethadonesauvedesvies.ca