



“J’ai un traitement pour dormir

ou pour gérer une angoisse ou une anxiété”



Dans l’insomnie comme dans l’anxiété, les benzodiazépines ne sont PAS indiquées au long cours

les benzodiazépines sont une famille de médicaments pouvant être prescrits temporairement = calmants, tranquillisants.*

* Source : Ministère de la Santé et de la Prévention



Est-ce que je prends une benzodiazépine ?

Je vérifie ci-dessous

Benzodiazépines commercialisées en France



à durée d’action* **longue** (≥20h)

- Bromazépam (LEXOMIL®)
- Clorazépate dipotassique (TRANXÈNE®)
- Clobazam (URBANYL®)
- Diazépam (VALIUM®)
- Prazépam (LYSANXIA®)
- Nitrazépam (MOGADON®)
- Loflazépate d’éthyle (VICTAN®)

à durée d’action* **courte** (<20h) [à privilégier au delà de 65 ans]

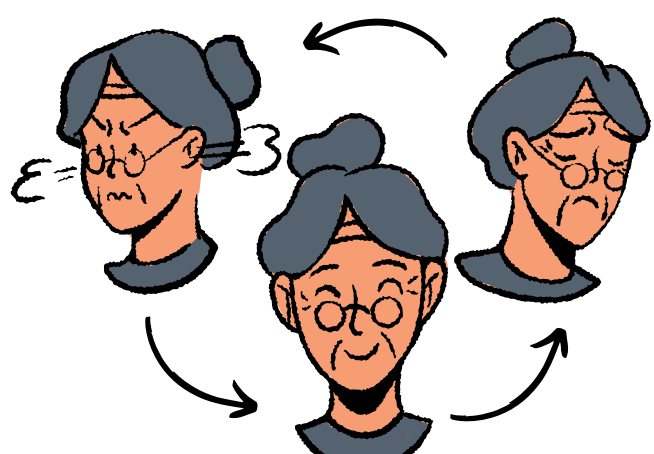
- Oxazépam (SERESTA®)
- Zopiclone** (IMOVANE®)
- Clotiazépam (VERATRAN®)
- Alprazolam (XANAX®)
- Loprazolam (HAVLANE®)
- Lorazépam (TEMESTA®)
- Lormétazépam
- Zolpidem** (STILNOX®)
- Estazolam (NUCTALON®)

* la durée d’action est représentée par la durée d’élimination

** médicaments apparentés aux benzodiazépines

● / ● : Benzodiazépines à durée d’élimination longue consommées en ville T1-T2 2023 données SNDS, DRSM Centre-Val de Loire

Effets indésirables des benzodiazépines : suis-je concerné(e) ?



Dépendance/
Troubles du
comportement



Troubles cognitifs
Perte de mémoire



Somnolence / diminution
des performances physiques



Chutes

Parlez-en à votre pharmacien ou à votre médecin traitant !

