

## NOUVELLES BRÈVES

### INTERVENTIONS MINIMALES POUR ARRÊTER L'UTILISATION PROLONGÉE DE BENZODIAZÉPINES

**Analyse de :** Mugunthan K, McGuire T, Glasziou P. Minimal interventions to decrease long-term use of benzodiazepines in primary care: a systematic review and meta-analysis. *Br J Gen Pract* 2011;61:573-8.

L'utilisation prolongée de benzodiazépines a non seulement peu d'intérêt, mais est également accompagnée d'effets indésirables. Le risque d'effets indésirables est surtout élevé chez les personnes âgées, en particulier en ce qui concerne les chutes et les troubles cognitifs. Il convient de ne pas stopper brusquement une utilisation prolongée de benzodiazépines, mais de l'arrêter progressivement. Dans la plupart des études, cet arrêt progressif équivaut à une diminution de la dose d'environ 25% par semaine.

Mugunthan et coll. ont réalisé une synthèse méthodique de la littérature des études randomisées et contrôlées ayant évalué, en première ligne de soins, l'efficacité d'interventions minimales pour diminuer ou arrêter l'utilisation de benzodiazépines chez l'adulte. Les interventions minimales consistent en : l'envoi d'une lettre recommandant d'arrêter l'utilisation de benzodiazépines, la remise d'informations d'auto prise en charge du problème ou une consultation de courte durée chez le généraliste. Ces interventions ont attiré l'attention sur les preuves limitées d'un intérêt d'une utilisation prolongée de benzodiazépines, les effets indésirables potentiels et le risque réduit de symptômes de sevrage ou d'autres effets indésirables associés à l'arrêt progressif de benzodiazépines.

Seules 3 études, toutes effectuées au Royaume-Uni, ont répondu aux critères d'inclusion, bien qu'il n'y avait pas de restrictions de langue ou de publication. Les trois études ont montré une réduction statistiquement significative de l'utilisation de benzodiazépines dans le groupe intervention minimale par rapport au groupe contrôle. Le Nombre de Sujets à Traiter (NST) pour l'envoi d'une lettre s'élevait à 12. L'information d'auto prise en charge ou une consultation de courte durée chez le généraliste ne se sont plus avérées efficaces.

### **Commentaire de la rédaction**

Le fait de savoir que de telles interventions minimales peuvent réussir, doit nous inciter à aborder avec les patients le sujet de la diminution et/ou de l'arrêt de l'utilisation prolongée de benzodiazépines. L'envoi d'une lettre à l'ensemble des patients qui entrent en ligne de compte pour cette intervention, ne va probablement pas toujours de soi dans la pratique. Le médecin généraliste peut également remettre cette lettre et/ou l'information d'auto prise en charge aux patients prenant des benzodiazépines de façon chronique, et qui viennent en consultation pour d'autres raisons.