

Fiche d'information

Mirtazapine (Norset®)

Antidépresseurs

Présentation

- Comprimé pelliculé ou orodispersible à 15 mg.

Quel bénéfice attendre de ce médicament ?

La mirtazapine est prescrite pour soulager la tristesse, l'absence de motivation, le ralentissement psychomoteur, la de plaisir dans les activités quotidiennes et dans l'amélioration de la qualité du sommeil. Elle peut ainsi vous aider à retrouver un mieux-être. Il faut noter que les effets bénéfiques n'interviennent pas avant 2 à 4 semaines de traitem

Le médicament est important car, en réduisant les symptômes liés à la maladie, il vous aidera à poursuivre vos activ personnelles et professionnelles. Mais le médicament à lui seul n'est pas suffisant pour votre rétablissement : il est souvent nécessaire d'être soutenu par une psychothérapie d'accompagnement et de poursuivre des activités de pla de votre choix. Enfin, ce médicament n'entraine pas de dépendance.

Comment prendre votre médicament ?

Il doit être pris en respectant la posologie prescrite sur votre ordonnance.

Les comprimés orodispersibles se désagrégeront rapidement et pourront être avalés sans eau. Les comprimés pelliculés doivent être avalés avec un grand verre d'eau sans être mâchés.

Généralement ce médicament est administré en 1 prise par jour, le soir, mais peut également être administré en deux prises (une le matin et une au coucher, la dose la plus importante devant être prise au coucher).

Si vous avez oublié votre prise unique du matin, vous pouvez la prendre dans la journée. Si vous avez oublié votre p unique du soir, sautez la prise, et attendre la prise prévue du lendemain soir.
Si vous prenez votre médicament en plusieurs prises dans la journée, si le retard est de moins de 2h, prenez immédiatement le médicament. Au-delà de 2h, sautez la prise et prenez la quantité prescrite la fois suivante.
Ne jamais doubler les doses pour compenser un oubli de prise.

Quels effets indésirables peuvent apparaître ?

Ces effets indésirables peuvent ne jamais apparaître et sont différents d'une personne à l'autre.

Dans leur grande majorité, ils ne sont pas graves. Ces effets peuvent apparaître très rapidement, et certains régressent quelques semaines après le début du traitement. Il faut les connaître pour pouvoir les identifier ou les éviter et, dans tous les cas, parlez-en à votre médecin qui recherchera une solution pour les atténuer, voire les faire disparaître.

Cette fiche fait mention des effets indésirables les plus souvent rencontrés par les patients ; d'autres effets plus rares peuvent parfois apparaître ; Parlez-en avec votre médecin ou votre pharmacien.

Effets	Que dois-je faire ?
Maux de tête, céphalées (le plus souvent transitoire et en début de traitement)	Reposez-vous. Evitez les substances pouvant favoriser vos maux de tête (excitants, café, chocolat...). Si les symptômes persistent, demandez l'avis de votre médecin ou pharmacien.
Somnolence, baisse de vigilance (e plus souvent transitoire et en début de traitement)	Evitez de conduire ou d'utiliser des machines qui pourraient s'avérer dangereuses. Parlez-en à votre médecin qui pourra éventuellement réévaluer les doses et leur répartition dans la journée.
Bouche sèche	Buvez souvent un peu d'eau. Mâchez une gomme sans sucre afin de stimuler la salivation. Vous pouvez vaporiser un spray de salive artificielle. Ayez une bonne hygiène dentaire.
Augmentation de l'appétit, prise de poids	Une augmentation de l'appétit peut apparaître dès le début du traitement. Ceci nécessite une surveillance régulière de votre poids. Evitez les sucreries et les plats préparés. Réduisez les graisses. Pratiquez une activité physique adaptée.

Que surveiller pendant le traitement ?

Le poids : Ce médicament peut entraîner une prise de poids, en stimulant l'appétit. Toutefois, certains patients grossissent, d'autres pas. Pour éviter une surcharge pondérale, il convient, dès le début du traitement, de surveiller régulièrement votre poids (1 fois par semaine le 1er mois, puis mensuellement), d'éviter les sucreries, les boissons sucrées les grignotages entre les repas, de pratiquer une ou des activités physiques. Une prise de

poids supérieure à 5 kilos après 3 mois de traitement nécessite une consultation diététique.

Les dents : Faites-les surveiller régulièrement car ce médicament favorise l'apparition des caries en diminuant la sécrétion salivaire. Il est recommandé de se brosser les dents, si possible, après chaque repas, et au moins une fois par jour, avant le coucher.

Les signes d'alerte : Prévenez immédiatement votre médecin en cas d'apparition de confusion, d'une forte transpiration, de diarrhées et/ou de tremblements inhabituels.

Quelles précautions à observer ?

L'hygiène de vie : Faites une activité physique dans la journée, ou au moins un peu de marche ou bien participez à des activités telles que la relaxation, le yoga, la sophrologie ou toute autre activité pouvant vous aider à vous relaxer. Evitez certaines situations : manque de sommeil, consommation d'excitants (café, thé, cola, drogue).

L'alcool : La prise d'alcool est déconseillée, car elle peut entraîner une somnolence excessive, augmenter les effets indésirables, le mal-être et l'angoisse.

Les drogues : La consommation de ces produits peut favoriser une réapparition des troubles liées à votre maladie, de plus elle s'oppose à la réussite de votre traitement.

Les médicaments : Ne prenez pas de médicaments non prescrits par votre médecin. Demandez l'avis de votre médecin ou pharmacien car des interactions avec votre traitement habituel peuvent apparaître. Soyez vigilant à la prise de phytothérapie ou de compléments alimentaires qui pourrait également interagir.

La conduite de véhicules et l'utilisation de machines : Soyez très prudent : ne pas conduire sans l'avis d'un professionnel de santé.

Le projet de grossesse : Si vous envisagez une grossesse, parlez-en avec votre médecin. Lui seul sera à même d'évaluer la poursuite du traitement.

La régularité du traitement

La poursuite du traitement est indispensable pour obtenir une stabilité psychique. En revanche, une interruption brutale du traitement vous expose à un mal-être (rebond d'angoisse, tristesse, d'insomnie) et, à plus long terme, à une rechute.

La prise régulière du traitement conditionne son efficacité qui apparaît après quelques semaines. Vous pouvez préparer un semainier pour ne pas oublier de prendre votre traitement. Le traitement se prend souvent plus de 6 mois.

L'arrêt du traitement doit toujours être décidé en accord avec votre médecin prescripteur. Il doit être **progressif** sur plusieurs semaines.

Cette fiche d'information a été réalisée par les professionnels de santé du Réseau P.I.C. (Psychiatrie- Information - Communication).
Toutefois, cette fiche est un support d'information non exhaustif qui doit vous permettre d'en parler plus largement avec votre médecin ou pharmacien.
© Copyright réseau PIC – 2026 – **Dernière mise à jour de cette fiche : 20/05/2026**