



CLOMIPRAMINE (ANAFRANIL®) FAMILLE ANTIDEPRESSEURS

QUEL BENEFICE ATTENDRE DE CE MEDICAMENT ?



Clomipramine est prescrit pour soulager la tristesse, l'absence de motivation, les troubles du sommeil qui accompagnent souvent la dépression et pour aider à retrouver un mieux-être.

Ce médicament est aussi utilisé pour soulager la tension nerveuse ou d'autres manifestations d'angoisse comme la phobie sociale, les attaques de panique, l'anxiété généralisée et l'état de stress post traumatique.

Ce médicament est aussi efficace dans le traitement du Trouble Obsessionnel Compulsif (TOC), une maladie qui pousse le patient à reproduire certains actes ou certaines pensées de façon répétitive et gênante.

Il peut également être prescrit pour le traitement des douleurs d'origine neurologique ou les énurésies nocturnes de l'enfant de plus de 6 ans.

Le médicament occupe une place importante dans votre démarche de soins, car il permet de diminuer progressivement les symptômes liés à la maladie et vous aider à renforcer vos relations et vos activités. Mais le médicament à lui seul n'est pas totalement suffisant pour votre rétablissement. Il est très souvent nécessaire d'être soutenu par un accompagnement psychothérapique et de poursuivre des activités de votre choix (loisir, lecture, activités culturelles, etc.).

COMMENT PRENDRE VOTRE MEDICAMENT ?



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

Les comprimés doivent être avalés avec un grand verre d'eau, pendant ou en dehors des repas en position assise ou debout généralement en une prise par jour.

En cas d'oubli d'une prise : Si vous avez oublié votre prise unique du matin, vous pouvez la prendre dans la journée. Si vous avez oublié votre prise 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 doublez jamais les doses pour compenser l'oubli d'une prise.

QUELS EFFETS INDESIRABLES 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.. Certains régressent, dès les premières semaines 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.

Effets	Que dois-je faire ?
Somnolence, baisse de vigilance	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.
Vertiges, sensation de malaise en se levant	Levez-vous lentement. Si vous êtes couché, asseyez-vous un moment avant de vous lever doucement. Si les symptômes persistent, faites vérifier votre tension artérielle.
Tremblements, contractures musculaires	Parlez-en à votre médecin pour adapter le traitement, voire, corriger ces effets.
Nausées, vomissements	Prenez de préférence votre médicament au milieu d'un repas. Ces symptômes diminuent avec le temps, s'ils persistent, demandez l'avis de votre médecin ou pharmacien.
Constipation	Favorisez les aliments contenant des fibres (fruits crus, légumes verts), mangez des pruneaux et des figues et buvez suffisamment d'eau, en particulier le matin à jeun. Pratiquez une activité physique adaptée (marche). Présentez-vous à la selle à heure régulière. En cas de douleurs abdominales et/ou de persistance de la constipation contactez votre médecin ou votre pharmacien.

Effets	Que dois-je faire ?
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.
Troubles de la vision : vision floue, difficultés à lire	Evitez de conduire. Ces symptômes diminuent avec le temps, s'ils persistent, demandez l'avis de votre médecin ou pharmacien.
Troubles sexuels : diminution du désir, troubles de l'érection, troubles de l'éjaculation...	Parlez-en aux soignants et/ou à votre médecin.
Difficulté à uriner	Contactez rapidement votre médecin.

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.

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 trois 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 d'une anxiété excessive, de tremblements, de mouvements incontrôlés et d'une rigidité musculaire.

QUELLES PRECAUTIONS A OBSERVER ?



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 contre indiquée, 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 liés 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.

La conduite de véhicules et l'utilisation de machines : Un logo sur la boîte vous indique « Soyez très prudent, ne pas conduire sans l'avis d'un professionnel de santé ».

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 REGULARITE 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 dans les jours qui suivent (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.