



Important à savoir

- Vous pouvez vous sentir **somnolent(e), étourdi(e)** et/ou être pris(e) de **vertiges** après avoir pris de l'alprazolam.
- Prenez l'alprazolam **aussi brièvement que possible et à la dose la plus faible possible**.
- Il est préférable de **ne pas consommer d'alcool** lorsque vous prenez de l'alprazolam.
- **Diminuez** la dose **petit à petit**, surtout après un traitement de longue durée et ce, en concertation avec votre médecin et/ou votre pharmacien.
- La prise prolongée d'alprazolam peut entraîner une **dépendance**.



Dans bien des cas, les somnifères et les calmants ne sont pas nécessaires. Mangez sainement. Faites-vous accompagner. Relaxez-vous. Bougez suffisamment. Dans cette [brochure](#), vous trouverez plus d'informations et de conseils pour augmenter vos chances de mieux dormir, de mieux résister au stress et de diminuer les tensions.

Les benzodiazépines sont très souvent contrefaites. Vous pouvez acheter ces produits dans un circuit illégal, par exemple sur des sites internet illégaux. **En achetant des médicaments en dehors du circuit légal, vous prenez un risque pour votre santé.** Vous trouverez plus d'informations sur ce sujet [ici](#).



Quel est l'effet de ce médicament et à quoi sert-il ?

Les médicaments contenant de l'alprazolam sont des **benzodiazépines**. Il s'agit d'un groupe de médicaments visant à soulager **l'anxiété** ou à traiter **les troubles du sommeil**.

L'alprazolam permet :

- de se sentir **moins anxieux/anxieuse** ;
- de se sentir **plus calme** ;
- de **détendre** les **muscles**.

Votre médecin vous prescrit de l'alprazolam **pour une courte durée** si vous êtes **très anxieux**.



Sous quels noms ce médicament est-il disponible en Belgique ? Sous quelles formes peut-il être administré ?

Pour voir la liste de tous les médicaments associés à cette fiche, visitez [PharmaInfo.be](https://pharmainfo.be).

Cette liste reprend tous les médicaments qui contiennent de l'alprazolam. Cliquez sur le nom du médicament pour savoir quelle quantité d'alprazolam il contient et sous quelle forme il est administré. Vous trouverez également la notice, des informations sur le prix, le remboursement et la nécessité d'une prescription médicale.

Lisez la notice pour tout savoir sur votre médicament, notamment sur sa composition ou sur les allergies possibles.



Comment prendre ce médicament : En quelle quantité ? À quel moment ? Pendant combien de temps ?

Quelle quantité de ce médicament dois-je prendre ?

Consultez l'**étiquette du pharmacien** pour savoir quelle dose prendre et combien de fois par jour. Sur cette étiquette, vous pouvez lire ce que **le médecin a prescrit**. Si l'information ne figure pas sur l'étiquette et qu'elle ne vous a pas non plus été communiquée lors de votre consultation chez le médecin, il est préférable de d'abord demander **conseil à votre médecin ou à votre pharmacien** ou de lire la **notice**.

L'alprazolam est prescrit aux **adultes**.

Vous ne **devez pas prendre plus de 3 mg (milligrammes) par jour** (24 heures). Cette dose correspond à la dose maximale généralement recommandée chez l'adulte.

À quel moment dois-je prendre ce médicament ?

Consultez l'**étiquette du pharmacien** pour savoir à quel moment et combien de fois par jour vous devez prendre de l'alprazolam.

Prenez de l'alprazolam **avec ou sans nourriture**.

Si vous devez prendre ce médicament sur une longue période, il est préférable de prendre ce traitement **à heure fixe**.

Pendant combien de temps puis-je utiliser ce médicament ?

Votre médecin peut vous prescrire de l'alprazolam dans le cadre d'un**traitement de courte durée** de l'anxiété, pour une durée maximale de 2 à 4 semaines.

Le **traitement doit être le plus court possible**. Vous pouvez devenir **dépendant(e)** à l'alprazolam, aussi bien physiquement que mentalement, après seulement 1 à 2 semaines de traitement. Cela signifie que, lorsque l'effet du médicament disparaît, vous pouvez ressentir le besoin de reprendre une dose pour vous sentir bien. Vous pouvez réduire ce risque en limitant autant que possible la durée d'utilisation de l'alprazolam. L'alprazolam entraîne aussi une **accoutumance** : plus vous prenez d'alprazolam pendant longtemps, plus vous aurez besoin d'en prendre pour obtenir le même effet.

Si vous devez prendre ce médicament pendant une **longue période**, le risque de dépendance augmente. C'est pourquoi il ne faut **jamais prolonger la prise d'alprazolam sans l'avis de votre médecin**. **Respectez toujours la durée de traitement prescrite**.



Quels sont les effets indésirables éventuels ?

Comme tout médicament, ce médicament peut avoir des effets indésirables, bien qu'ils ne surviennent pas systématiquement chez tout le monde.

Arrêtez le traitement et prenez contact avec votre médecin quand surviennent les effets indésirables suivants, car ce sont les symptômes d'une réaction allergique grave :

- respiration sifflante, difficile ;
- difficultés à avaler ;
- gonflement des paupières, du visage ou des lèvres ;
- rougeurs de la peau ;
- démangeaisons.

Prenez contact avec votre médecin si les effets indésirables suivants se produisent, car ce sont les

symptômes de **troubles graves du comportement** :

- agitation ;
- inquiétude ;
- comportement agressifs ;
- colère ou accès de rage ;
- cauchemars ;
- hallucinations ;
- autres comportements inappropriés.

Les effets indésirables les plus fréquents lors de la prise d'alprazolam sont les suivants :

Très fréquent (chez plus de 1 personne sur 10)

- somnolence ;
- fatigue générale (léthargie) ;
- troubles de l'élocution (parole peu claire)
- vertiges et maux de tête ;
- fatigue ;
- troubles de la mémoire ;
- constipation ;
- bouche sèche ;
- nausées ;
- irritabilité.

Fréquent (jusqu'à 1 personne sur 10)

- perte de l'appétit ;
- changements de poids ;
- vomissements ;
- nervosité ;
- anxiété ;
- désorientation (ne plus reconnaître les personnes, les lieux ou le temps) ;
- mouvements saccadés et mal coordonnés ;
- problèmes d'équilibre (comme si vous étiez ivre) ;
- réduction de la vigilance ;
- difficultés de concentration ;
- vision double ou floue ;
- sentiment de faiblesse ;
- réactions cutanées ;
- modification de la libido (augmentation ou diminution).

Parfois (jusqu'à 1 personne sur 100)

- soif plus importante ;
- diarrhée ;
- insomnie ;
- tremblements ;
- règles irrégulières ;
- excès de prolactine (hormone qui stimule la production de lait) ;
- spasmes ou faiblesse musculaire ;
- surexcitation ;
- comportement inapproprié ou inhabituel ;
- hallucinations ;
- agressivité ou colère ;

- pensées anormales ;
- hyperactivité ;
- difficultés à vider complètement sa vessie ou perte involontaire d'urine (incontinence urinaire).

Il existe d'autres effets indésirables moins fréquents. La liste complète figure dans la notice du médicament concerné. La notice se trouve dans la section : « [Sous quels noms ce médicament est-il disponible en Belgique ?](#) ». Cliquez ensuite sur votre médicament dans l'aperçu.

Contactez votre médecin ou votre pharmacien si vous ressentez des effets indésirables, même s'ils ne sont pas mentionnés dans la notice. Vous pouvez également [signaler des effets indésirables directement à l'AFMPS](#).



Puis-je arrêter de prendre ce médicament ?

Non, vous ne pouvez pas arrêter le traitement avec de l'alprazolam sans avis médical.

Prenez ce médicament **pendant la durée la plus courte possible**. Si votre médecin vous le prescrit pour une période prolongée (plus de 4 semaines), il est important de ne jamais l'arrêter brusquement sans avis médical. Un **arrêt soudain** peut entraîner des **symptômes de sevrage** comme de l'anxiété, de l'insomnie, de la nervosité, de la confusion ou de l'irritabilité.

Il est donc **nécessaire** de réduire **progressivement la dose** d'alprazolam après avoir pris ce médicament pendant longtemps (plus de 4 semaines). Consultez **votre médecin et/ou votre pharmacien** pour savoir comment procéder. Ils peuvent vous aider à **établir un schéma**.



Que dois-je faire si j'ai oublié une dose ou si j'ai pris une quantité trop importante de ce médicament ?

Que dois-je faire si j'ai oublié une dose ?

Prenez la dose oubliée d'alprazolam **dès que vous vous en souvenez, ou à l'heure habituelle** s'il est presque l'heure de la dose suivante. Dans ce cas, ne prenez pas la dose oubliée et prenez la suivante à l'heure prévue.

Ne prenez **jamais de double dose** d'alprazolam pour compenser une dose oubliée.

Que se passe-t-il si j'ai pris une quantité trop importante de ce médicament ?

Prenez immédiatement contact avec **votre médecin ou votre pharmacien ou appelez le Centre Antipoisons (070 245 245)**.

Vous pourriez présenter les symptômes suivants :

- somnolence ;
- confusion ;
- difficultés à marcher ;
- tension artérielle basse ;
- difficulté à respirer.



Puis-je conduire un véhicule ? Puis-je consommer de l'alcool ? Puis-je manger ce que je souhaite ?

Puis-je conduire un véhicule ou utiliser des machines si je prends ce médicament ?

Non, vous ne pouvez pas conduire de véhicule ou utiliser de machines si vous prenez de l'alprazolam et que :

- vous vous sentez **étourdi(e)** ;
- vous sentez **somnolent(e)** ;
- vous **voyez flou ou double** ;
- vous vous sentez **confus(e)** ;
- vous avez du **mal à vous concentrer** ;
- vous **réagissez plus lentement que d'habitude**.

Même si vous ne ressentez pas ces effets indésirables, la conduite d'un véhicule est **fortement déconseillée, surtout au début du traitement**.

Il est interdit par la loi de conduire en état d'ébriété ou sous l'influence de médicaments ayant des effets similaires.

Puis-je consommer de l'alcool si je prends ce médicament ?

Non, il est préférable de ne pas consommer d'alcool si vous prenez de l'alprazolam.

L'alcool renforce les effets de l'alprazolam, ce qui peut entraîner de la somnolence. Cette combinaison peut aussi nuire à la **conduite de véhicules et l'utilisation de machines. Ce qui peut entraîner des situations dangereuses**.

Puis-je manger ce que je souhaite si je prends ce médicament ?

Oui, vous pouvez manger ce que vous souhaitez pendant votre traitement à l'alprazolam.

Il n'y a **pas d'effet connu** de l'alimentation sur l'alprazolam.



Puis-je prendre ce médicament si je suis enceinte ou si j'allaite ?

L'alprazolam est **déconseillé** chez les femmes enceintes.

Les femmes qui allaitent peuvent prendre de l'alprazolam mais avec **grande prudence**.

Puis-je prendre ce médicament si je suis enceinte ?

La prise d'alprazolam est **déconseillée pendant la grossesse**.

En cas d'utilisation prolongée d'alprazolam pendant la grossesse, surtout au cours du troisième trimestre, le bébé peut présenter différents problèmes à la naissance. Si le médicament est pris **jusqu'à la fin de la grossesse, le nouveau-né peut avoir des difficultés à respirer, des signes de sevrage** (comme des tremblements, des pleurs intenses, des difficultés à téter ou à dormir), ou encore un **tonus musculaire très faible**, ce qu'on appelle le « syndrome du bébé mou ».

Ne pas traiter l'**anxiété sévère** chez une femme enceinte peut également avoir **des effets négatifs**, aussi bien pour la future maman que pour le bébé. Il est donc important d'en parler avec **votre médecin**. **N'arrêtez jamais votre traitement sans avis médical, même si vous êtes enceinte**.

Vous êtes enceinte ou vous essayez d'être enceinte, **discutez** de la prise d'alprazolam avec **votre médecin ou votre pharmacien**.

Puis-je allaiter lorsque je prends ce médicament ?

L'alprazolam **peut être utilisé pendant l'allaitement**, mais vous devez être **très prudente**.

Si vous prenez de l'alprazolam pendant une **courte durée**, surveillez si des **signes inhabituels** apparaissent **chez votre bébé**, comme des troubles du sommeil et une grande fatigue.

Si vous allaitez et que vous devez prendre alprazolam, **discutez-en avec votre médecin et/ou votre pharmacien**.



À quoi dois-je faire attention si je prends d'autres médicaments ?

Il peut y avoir des interactions entre alprazolam et d'autres médicaments. Cet aperçu ne répertorie que les **interactions potentiellement graves**. Consultez votre médecin et/ou votre pharmacien en cas d'utilisation simultanée de ce médicament avec les médicaments/produits suivants :

- autres médicaments/produits pouvant entraîner une **somnolence**, tels que :
 - certains médicaments contre les allergies ;
 - d'autres somnifères ;
 - d'autres calmants ;
 - médicaments contre les convulsions ou l'épilepsie ;
 - alcool ;
- les **médicaments morphiniques** :
 - antidouleurs puissants ;
 - médicaments qui aident à se défaire d'une addiction ;
 - quelques antitussifs ;
- certains médicaments peuvent **modifier** la façon dont alprazolam est **éliminé par le foie**. Cela peut **influencer son efficacité** ou **augmenter** le risque d'**effets indésirables**. Parmi ces médicaments, on retrouve:
 - certains médicaments contre l'épilepsie ;
 - certains antibiotiques ;
 - certains médicaments contre les infections dues aux champignons ;
 - certains médicaments contre le cancer ;
 - certains médicaments contre le VIH ;
 - certains médicaments pour la mucoviscidose ;
 - le millepertuis, une plante utilisée contre la dépression.

La liste complète des interactions figure dans la notice. La notice se trouve dans la section : « [Sous quels noms ce médicament est-il disponible en Belgique ?](#) ». Cliquez ensuite sur votre médicament dans l'aperçu.



À quoi dois-je faire attention si j'ai d'autres problèmes de santé ?

Ne prenez pas de l'alprazolam dans les situations suivantes ou, le cas échéant, consultez d'abord votre médecin et/ou votre pharmacien :

- certaines pathologies de faiblesse musculaire (**myasthénie grave**) ;
- arrêt momentané de la respiration pendant le sommeil (**syndrome d'apnée du sommeil**) ;
- **problèmes respiratoires** aigus et/ou graves ;
- **problèmes graves du foie** (insuffisance hépatique ou cirrhose du foie).

La liste complète des situations dans lesquelles vous devez être prudent(e) en cas de prise d'alprazolam se trouve dans la notice. La notice se trouve dans la section : « [Sous quels noms ce médicament est-il disponible en Belgique ?](#) ». Cliquez ensuite sur votre médicament dans l'aperçu.

Cette information a été fournie par PharmaInfo.be, une initiative de l'AFMPS.

Avez-vous encore des questions après avoir lu ces informations ?
Contactez votre médecin ou votre pharmacien.