

Chère Madame/ Cher Monsieur

Je vous prescris maintenant depuis un certain temps et,
des médicaments du groupe des benzodiazépines. J'aimerais essayer de voir avec vous si cette lettre ne
peut pas nous permettre de changer cette routine de prescription et prise de votre médicament.

De nombreux médecins généralistes s'inquiètent aujourd'hui de la prise à long terme de ces médicaments
parce que notre organisme peut s'y accoutumer, ce qui peut, à son tour, modifier leurs effets et diminuer
leur efficacité. Ces comprimés ou capsules peuvent même s'avérer addictifs et provoquer des angoisses
ou des insomnies si on les arrête. Ces symptômes ne sont pas ceux qui ont donné lieu à la prescription
du médicament, mais bien des symptômes de sevrage passagers.

À côté de cela, les benzodiazépines ont également d'autres inconvénients. Ceux qui les prennent ont un
risque plus élevé d'accidents et ces médicaments peuvent aussi avoir un effet négatif sur la mémoire.

Je vous conseille donc de progressivement diminuer la prise de et
de et si possible de l'arrêter complètement. N'oubliez pas que votre
organisme doit s'habituer à la nouvelle situation, ce qui peut temporairement provoquer de l'agitation,
des tensions ou un mauvais sommeil. Si vous ressentez ces symptômes, essayez de tenir malgré
tout, car au fil du temps, ils vont disparaître spontanément et vous vous sentirez mieux. En diminuant
très progressivement la prise de votre médicament, vous réduisez au maximum le risque de voir ces
symptômes apparaître. Essayez aussi de diminuer un peu chaque semaine et ne prenez vos comprimés
que si vous devez faire quelque chose qui vous contrarie beaucoup. Une fois que vous aurez commencé à
diminuer la prise de votre médicament, vous vous sentirez peut-être capable de l'arrêter complètement.
De nombreuses personnes qui ont réussi à arrêter se sentent beaucoup mieux que lorsqu'elles prenaient
leur médicament.

J'espère que cette lettre vous aura stimulé à diminuer la prise de votre médicament. Dans trois mois
environ, je vous enverrai une invitation à prendre rendez-vous à ma consultation. Si cela vous convient,
nous pourrons alors en parler ensemble.

Cordialement,

.....
Médecin généraliste