

Informació de suport per a la deshabitació de benzodiazepines. Pauta de retirada

Les benzodiazepines (tranquil·litzants) són fàrmacs que serveixen principalment pel tractament dels trastorns d'ansietat i l'insomni. També s'utilitzen en les convulsions i com a relaxants musculars.

Milloren els símptomes. No constitueixen un tractament curatiu de la malaltia.

Són medicaments molt eficaços quan es consumeixen durant un breu període de temps o de forma intermitent, però el seu ús prolongat no aporta beneficis i exposa a qui les consumeix a una sèrie de riscos.

Quan la durada del tractament ha sobrepassat alguns mesos es produeix una adaptació fisiològica de l'organisme a aquesta substància que fa que, si es retira de forma brusca, produeix un malestar significatiu amb símptomes desagradables (ansietat, irritabilitat, insomni...) que reforcen el seu consum. Això és el que anomenem dependència i els símptomes desagradables són els símptomes d'abstinència. Aquests símptomes solen ser limitats en el temps però poden ser evitats si la retirada de la medicació es realitza de forma gradual i progressiva.

A més, el consum prolongat d'aquestes substàncies s'ha relacionat amb una disminució dels reflexos, increment del risc de caigudes i fractures de maluc en persones grans, d'accidents de trànsit i alteracions de la memòria. El risc augmenta si l'edat és avançada.

Hi ha altres abordatges no farmacològics que poden ajudar-lo en el tractament de l'insomni i dels trastorns d'ansietat (higiene del son, teràpia conductual per l'insomni crònic, tècniques de relaxació, ioga...).

Llegeixi atentament aquesta informació i procedeixi a realitzar la reducció de les dosis tal com el seu metge li indica en aquesta taula.

Data	Medicació	Berenar	Dinar	Berenar	Sopar

Fuente: Benzored