

## PHARMACIEN

## ACTIONS D'AMÉLIORATION DES PRATIQUES

**Accompagnement/suivi de l'arrêt des somnifères\***

- ➊ Suivi d'un calendrier d'arrêt sur 4 à 10 semaines, avec une adaptation de la vitesse de décroissance pour l'arrêt
- ➋ Suivi hebdomadaire du patient :
  - Dose à prendre (diminution progressive), prise réelle, remarques
  - Sommeil (utilisation agenda du sommeil)
  - Effets secondaires éventuels liés à la diminution des doses
- ➌ Information pour améliorer les conditions du sommeil

Pour en savoir plus sur les outils disponibles : [http://www.has-sante.fr/portail/jcms/c\\_937775/ensemble-ameliorons-la-prescription-des-psychotropes-chez-le-sujet-age-psycho-sa-insomnie](http://www.has-sante.fr/portail/jcms/c_937775/ensemble-ameliorons-la-prescription-des-psychotropes-chez-le-sujet-age-psycho-sa-insomnie)

\*Références HAS : Recommandation de bonne pratique « Modalités d'arrêt des benzodiazépines et médicaments apparentés chez le patient âgé » - Octobre 2007

**PRINCIPES GÉNÉRAUX**

Les actions d'amélioration des pratiques des pharmaciens d'officine s'inscrivent dans le respect des dispositions du Code de la santé publique. Ces actions ne doivent pas être utilisées comme arguments publicitaires. L'adhésion du patient et/ou de l'aidant doit être la règle quelle que soit l'action d'amélioration des pratiques proposée.

**CONTRIBUTEURS**

Plateforme professionnelle HAS PMSA « Prescription médicamenteuse chez le sujet âgé et prévention de la iatrogénie »

**Groupe de travail – Pharmaciens d'officine**

Nathalie BESSARD, Saulieu (21)  
Gilles BONNEFOND, Montelimar (26)  
Philippe DENRY, Gondreville (54)  
Valérie GARNIER, Meynes (30)  
Julien GRAVOULET, Leyr (54)  
Jeanne KARKI, Reims (51)

Jean Pierre LACHEZE, Pessac (33)  
Catherine LEYRISSOUX, Lanester (56)  
Florence LOYER, Cognières (78)  
Olivier TRIQUENEAUX, Paris (75)  
François VIGOT, La Hay du Puy (50)

**Haute Autorité de Santé – Direction de l'Amélioration de la Qualité et de la Sécurité des Soins - Service Programmes Pilotes Impact Clinique (SPPIC)**

Armelle LEPERRE DESPLANQUES, chef de service, Nathalie RIOLACCI, adjoint chef de service  
Carole MICHENEAU, chef de projet Programme Pilote AMI PMSA, Marie ERBAULT, chef de projet

© Haute Autorité de Santé – Janvier 2013

DOCUMENT  
PHARMACIEN D'OFFICINE

**FICHE D'ACTION****SOMNIFÈRES ET SOMMEIL DU SUJET ÂGÉ****Être senior et mieux dormir**

→ Retrouver un sommeil de qualité

→ Arrêter les somnifères

**C'EST POSSIBLE !**

## QUELS OBJECTIFS ?

- Diminuer l'exposition chronique induite aux somnifères
- Améliorer la prise en charge des plaintes du sommeil du sujet âgé

## QUELLE POPULATION CIBLE ?

### Sujet âgé\* présentant une prescription chronique de somnifères

On entend par somnifères les psychotropes à visée sédatrice : les benzodiazépines utilisées comme anxiolytiques et/ ou hypnotiques, les composés Z, les anxiolytiques et hypnotiques non benzodiazépines, les antihistaminiques anti H1, utilisés comme hypnotiques mais considérés comme généralement inappropriés chez le sujet âgé du fait de leurs effets atropiniques (ex : doxylamine). Cette liste correspond à une liste « d'usage ».

## QUELLE EVALUATION ET OUTILS ?

### Mise en place d'une évaluation des actions d'amélioration des pratiques mises en œuvre

#### Exemple d'OUTIL d'évaluation des actions d'amélioration des pratiques



- Nombre de patients repérés
- Nombre de patients repérés auxquels une information a été transmise
- Nombre de patients repérés ayant accepté l'accompagnement pour l'arrêt
- Nombre de patients repérés dont l'arrêt a été un succès
- Nombre de patients repérés avec une diminution d'exposition suite à l'accompagnement pour l'aïdant
- Nombre de fiches de suivi
- Etc,...

## QUELLES ACTIONS ET OUTILS ?

### LES ACTIONS

1. **Echanger avec le patient sur la qualité de son sommeil et sur la durée d'exposition aux somnifères**
2. **Apporter une information au patient** concernant :
  - Le sommeil, son évolution liée à l'âge, les conseils d'hygiène du sommeil
  - Le bon usage des somnifères et les risques
  - L'arrêt possible des somnifères, l'accompagnement nécessaire
3. **Orienter le patient vers son médecin traitant, pour une consultation dédiée aux troubles du sommeil**
4. **Si décision du médecin traitant d'arrêter les somnifères et avec son accord, accompagner le patient**
  - Information du patient sur les bénéfices et les risques liés à l'arrêt et les objectifs de l'accompagnement
  - Présentation des étapes pour l'arrêt des somnifères et son accompagnement
  - Suivi du patient (qualité de sommeil, maintien dans le temps de l'arrêt des somnifères)
  - Retour d'information vers le médecin traitant
5. **Mettre en place une fiche de suivi du patient**  
La fiche de suivi peut être sous format papier et/ou renseignée dans le logiciel d'aide à la dispensation

### LES OUTILS (disponibles sur le site de la HAS)

#### Recommandation de bonne pratique

- « Modalités d'arrêt des benzodiazépines et médicaments apparentés chez le sujet âgé », Octobre 2007 »
- « Prise en charge du patient adulte se plaignant d'insomnie en médecine générale », Décembre 2006

#### Document patient

- Affiche « Etre senior et mieux dormir » (disponible en format A3 auprès du CESPHEM)
- Quelques conseils pour mieux dormir

#### Outil pour le suivi du patient

#### Exemple d'OUTIL pour le suivi du patient



- |   |                                |                                  |
|---|--------------------------------|----------------------------------|
| ➤ Orientation vers le médecin traitant          | <input type="checkbox"/> OUI   | <input type="checkbox"/> NON     |
| ➤ Information du patient                        |                                |                                  |
| Le sommeil, évolution, conseil                  | <input type="checkbox"/> OUI   | <input type="checkbox"/> NON     |
| Le bon usage des somnifères                     | <input type="checkbox"/> OUI   | <input type="checkbox"/> NON     |
| ➤ Elément de suivi du patient (avec son accord) |                                |                                  |
| Consultation médecin traitant                   | <input type="checkbox"/> OUI   | <input type="checkbox"/> NON     |
| Amélioration de la qualité du sommeil           | <input type="checkbox"/> OUI   | <input type="checkbox"/> NON     |
| ➤ Accompagnement pour l'arrêt des somnifères    |                                |                                  |
| Adhésion du patient                             | <input type="checkbox"/> OUI   | <input type="checkbox"/> NON     |
| Accord du médecin                               | <input type="checkbox"/> OUI   | <input type="checkbox"/> NON     |
| ➤ Protocole d'arrêt et de suivi du patient      |                                |                                  |
| <input type="checkbox"/> Diminution             | <input type="checkbox"/> Arrêt | <input type="checkbox"/> Reprise |

\* Personne de plus de 75 ans ou personne de plus de 65 ans polypathologique