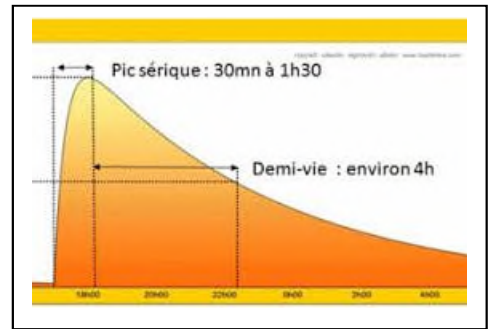


Baclofène et initiation du traitement

« Commencer bas et augmenter doucement »

Vous allez commencer un traitement par baclofène. Plusieurs règles permettent de rendre le traitement le plus efficace possible.

La principale de ces règles est que chaque patient a une posologie qui lui est strictement adaptée. Il en est de même pour les horaires de prise. La posologie quotidienne peut être considérée comme faible (*autour de 60 ou 80 mg/jour*) ou plus élevée (*120, 150 mg/jour voire plus pour certains*). Mais, à chacun(e) sa posologie efficace !



L'objectif du traitement est de réduire ou stopper sa consommation d'alcool. C'est à vous de déterminer cet objectif et d'en faire part à votre médecin pour qu'il vous accompagne dans votre démarche. L'objectif peut changer en cours de traitement. Vous devez être acteur à part entière de votre traitement.

Pour atteindre l'objectif fixé, arrêt ou réduction de votre consommation, vous devez identifier le(s) moment(s) où l'envie de consommer de l'alcool est la plus envahissante (craving). Gagner en capacité à contrôler sa consommation ou devenir 'indifférent' à l'envie de boire, font partie des stratégies qui permettent d'atteindre l'objectif que vous vous êtes fixés.

Quand dois-je prendre mon baclofène ?

Le baclofène n'agit pas immédiatement. Pour que votre traitement soit le plus efficace possible, il doit donc être pris une à deux heures avant les moments où votre envie de consommer de l'alcool (craving) est la plus difficile à contrôler. Il est indispensable de bien identifier ces moments qui peuvent survenir plusieurs fois dans la journée. Le traitement peut être réparti dans la journée, souvent plusieurs fois par jour (*voir fiche « Baclofène et gestion des effets indésirables »*).

Si habituellement vous ne buvez pas d'alcool le matin, il est inutile de prendre le médicament à ce moment-là. Dans ce cas, il est préférable de prendre les premiers comprimés le midi ou en milieu d'après-midi, en fonction des heures de consommation.

Quelle dose ?

5 mg (10 mg maximum) par prise le premier jour, plusieurs fois par jour. Mais pas plus de 20 mg/jour les 3 premiers jours. Dans les premiers jours, votre envie de boire risque d'être toujours là. Ensuite, avec le concours de votre médecin, vous augmenterez très progressivement la posologie de baclofène, par palier de 5 mg par prise, tout en continuant à cibler le craving.

Cette augmentation de la posologie doit se faire par étape, et par palier de quelques jours. Si vous souffrez d'effets indésirables, cessez d'augmenter la posologie. Revenez éventuellement à une posologie inférieure avec laquelle vous n'aviez pas d'effets indésirables gênants (*voir fiche « Baclofène et gestion des effets indésirables »*), avant de reprendre l'augmentation.

A partir de quand le traitement est efficace ?

Le baclofène est efficace lorsque vous arrivez sans difficulté à contrôler votre consommation ou quand vous pouvez sans peine vous abstenir de consommer. Il faut quelques semaines ou plusieurs mois avant d'arriver à ce contrôle de la consommation. Un des premiers signes de l'efficacité du traitement peut être de boire la même quantité d'alcool que d'habitude mais moins rapidement.

L'objectif n'est pas d'atteindre une posologie que vous vous êtes fixés (*ou que d'autres ont atteint*), mais d'avoir une posologie qui vous permet de contrôler votre consommation d'alcool, avec le moins d'effets indésirables gênant votre vie quotidienne. Mais il est possible que vous ne soyez pas 'répondre' au traitement, si vous ne sentez aucun bénéfice du traitement sur votre consommation d'alcool.

A tout moment, vous pouvez échanger avec d'autres patients sur les forums des associations (baclofene.fr ou baclofene.com).