



THE BALANCE

Dépendance aux benzodiazépines et aux sédatifs

Traitement privé

Un guide pour les personnes et leurs proches

Des soins consacrés à un seul client à la fois

MALLORCA / ZURICH

Ce qu'il faut savoir avant le traitement

- 01 La dépendance physique peut survenir malgré un usage prescrit et se distingue de l'addiction, qui implique perte de contrôle et poursuite malgré les conséquences.
 - 02 L'arrêt brutal des benzodiazépines ou sédatifs peut provoquer des complications graves; toute réduction doit être individualisée, progressive et médicalement supervisée.
 - 03 THE BALANCE propose à Majorque et Zurich des soins résidentiels privés pour un seul client, avec évaluation, stabilisation et coordination du suivi.
-

Un seul client

Une résidence privée et une équipe organisées autour de vous.

Soins coordonnés

Les disciplines cliniques suivent un même plan individuel.

Continuité

Les prochaines étapes sont envisagées tout au long du traitement.

Comprendre vos besoins

La dépendance physique n'est pas la même chose que l'addiction

La dépendance physique est une adaptation biologique attendue qui peut survenir même lorsqu'une benzodiazépine est prise exactement conformément à la prescription. Des symptômes de sevrage peuvent apparaître si la dose est réduite trop rapidement. L'addiction, ou trouble de l'usage de sédatifs, comprend un ensemble plus large de perte de contrôle, d'utilisation compulsive et de poursuite de l'utilisation malgré ses conséquences néfastes.

Quels médicaments peuvent être concernés ?

Les benzodiazépines comprennent des médicaments tels que l'alprazolam, le diazépam, le lorazépam, le clonazépam, le témazépam, entre autres. La dépendance aux sédatifs peut également concerner les médicaments Z utilisés contre l'insomnie, les barbituriques, ou des associations de plusieurs médicaments et substances.

Les noms commerciaux, les formulations, les demi-vies, les équivalences de doses et la disponibilité varient selon les pays. Une conciliation médicamenteuse complète est nécessaire. Le client doit apporter ses ordonnances, relevés de pharmacie, emballages, historique des prises et informations concernant des médicaments obtenus auprès de plusieurs cliniciens ou en dehors des soins formels.

Une évaluation avant toute recommandation

L'évaluation et la planification thérapeutique tiennent compte du médicament actuel, de la dose, des horaires de prise, de la durée, du motif de prescription, des tentatives antérieures de réduction, des antécédents de sevrage, de la consommation d'alcool et d'autres drogues, de la grossesse lorsque cela est pertinent, des antécédents neurologiques, du sommeil, de la douleur et des symptômes psychiatriques.

L'équipe examine également ce qui se passe entre les prises et si l'anxiété ou l'insomnie reflète l'affection initiale, le sevrage, des symptômes de rebond, un autre trouble médical ou psychiatrique, ou une combinaison de ces facteurs. Cette distinction peut influencer le rythme et les priorités thérapeutiques.



Sécurité et cadre approprié

Une réduction rapide ou un arrêt soudain peut provoquer une anxiété sévère, de l'insomnie, de l'agitation, des troubles sensoriels, des tremblements, de la confusion, des modifications perceptives, des convulsions, un délire ou d'autres complications graves. Le risque varie selon le médicament, la dose, la durée, le mode d'utilisation, les sevrages antérieurs, l'état de santé physique et les substances consommées simultanément. Des doses élevées, un sevrage antérieur compliqué, des convulsions, un délire, une maladie médicale instable, un usage sévère de plusieurs substances, une grossesse ou un sevrage concomitant d'alcool ou d'autres sédatifs peuvent nécessiter un environnement hospitalier ou spécialisé avec prise en charge médicale.

Des soins construits autour de vous

Réduction progressive individualisée et décision partagée

Les recommandations multidisciplinaires récentes soulignent que la réduction progressive doit être individualisée et fondée sur une décision partagée. Le rythme peut devoir être ralenti, interrompu temporairement ou modifié en fonction des symptômes et des risques. Certaines personnes nécessitent un processus long plutôt qu'un sevrage résidentiel rapide.

Un séjour résidentiel privé peut soutenir l'évaluation, la stabilisation, la phase initiale d'un plan ou le traitement de difficultés concomitantes. Il ne doit pas être présenté comme la preuve que toute dépendance peut être résolue dans un nombre prédéterminé de jours.

Traitement psychologique et dépendance

La psychothérapie n'élimine pas le sevrage physiologique, mais elle peut aider face à la peur, aux interprétations catastrophiques, à l'insomnie, à l'évitement, aux stratégies d'adaptation, aux traumatismes et aux comportements entourant l'utilisation des médicaments. L'approche ne doit pas laisser entendre que les symptômes sont « entièrement psychologiques ».

Le traitement peut également aborder la recherche d'ordonnances auprès de plusieurs cliniciens, le secret, l'utilisation à des fins d'échappement émotionnel ou la crainte de fonctionner sans le médicament. Une relation thérapeutique fondée sur la collaboration est généralement plus utile que la confrontation ou la honte.

De l'évaluation à un projet partagé

La recommandation précise le cadre proposé, les priorités, l'équipe et le rythme, ainsi que les modalités de réévaluation avec vous.

L'expérience des soins

Un cadre calme et privé peut offrir un espace pour les soins, le repos et la réflexion. La résidence, les rendez-vous et le soutien pratique sont organisés autour d'un seul client à la fois.



Un lieu privé pour faire une pause

Espace personnel, coordination discrète et rythme quotidien adapté aux besoins cliniques.

Des soins qui laissent place au rétablissement

Les rendez-vous individuels alternent avec le repos, les repas, le mouvement et le temps nécessaire pour assimiler l'expérience.

Soutien pratique

Un responsable personnel des soins aide à coordonner les rendez-vous et les besoins du quotidien.

Images de l'équipe et de la résidence issues du guide d'admission de THE BALANCE. La résidence est confirmée individuellement.

Majorque

Soins résidentiels privés dans un cadre insulaire ressourçant.

Zurich

Soins résidentiels privés avec une coordination clinique suisse.

Londres

Services sélectionnés d'évaluation, de transition et de suivi.

De l'évaluation à la vie quotidienne

01 **Un échange confidentiel**

Les admissions écoutent votre situation et expliquent l'examen clinique.

02 **Évaluation et recommandation**

L'équipe considère l'adéquation, les priorités, le cadre et le plan individuel.

03 **Traitement personnalisé**

Les soins sont réévalués et adaptés à l'évolution de vos besoins et capacités.

04 **Transition et continuité des soins**

Une transmission relie le traitement aux personnes, habitudes et soutiens nécessaires à domicile.

Préparer le retour chez soi

Une réduction progressive ou une révision médicamenteuse peut se poursuivre pendant des mois après la phase résidentielle. Le plan de sortie doit identifier le prescripteur responsable, l'accès à une pharmacie, le suivi, les soins psychologiques, le traitement du sommeil, les modalités de voyage et les mesures à prendre si les symptômes s'aggravent. Les règles relatives aux prescriptions transfrontalières et aux médicaments contrôlés varient. Il ne peut être présumé que des rendez-vous vidéo internationaux permettent une prescription légale partout où le client se rend. Voir Continuité internationale des soins.

Envisager la prochaine étape

La dépendance aux benzodiazépines est-elle la même chose que l'addiction ?

Non. Une dépendance physique peut se développer dans le cadre d'un usage approprié sur prescription. L'addiction implique un schéma plus large de perte de contrôle et de poursuite de l'usage malgré ses conséquences néfastes. Une évaluation attentive permet de les distinguer.

Puis-je arrêter les benzodiazépines brutalement ?

Un arrêt brutal peut être dangereux et entraîner un sevrage sévère, notamment des convulsions ou un delirium. Tout changement devrait être planifié avec un prescripteur dûment qualifié.

Combien de temps dure une réduction progressive des benzodiazépines ?

Il n'existe pas de délai universel. Le médicament, la dose, la durée, les sevrages antérieurs, les autres substances, les symptômes et le risque médical sont tous importants. Certaines réductions progressives nécessitent un processus ambulatoire prolongé.

Une réduction progressive peut-elle être menée à bien durant un traitement résidentiel ?

Parfois, une phase résidentielle peut soutenir l'évaluation, la stabilisation ou une partie d'une réduction progressive. Il ne faut pas présumer que chaque dépendance peut être résolue en toute sécurité au cours d'un seul séjour à durée fixe.

Commencez par un échange

Échangez en privé avec les admissions sur votre situation et les possibilités. Une demande d'information ne vous engage à rien.

+41 44 500 5111

admissions@thebalance.clinic

Page complète sur cette condition

Si vous-même ou une autre personne êtes en danger immédiat, contactez les services d'urgence locaux. N'attendez pas une admission habituelle ou un déplacement.

Informations générales ; les soins individuels sont définis après évaluation.