La Codéine ?
‘‘Parlons-en’’

INSTITUT UPSA DE LA DOULEUR

www.institut-upsa-douleur.org

INFORMER

Qu’est-ce que la codéine ?

La Codéine, ou méthylmorphine, est l'un des alcaloïdes contenus dans le pavot (papaverum somniferum). La codéine est un **antalgique puissant** (de niveau 2 sur 3 sur l’échelle de l’Organisation Mondiale de la Santé) **qui peut être associée au paracétamol**, ainsi qu’un **antitussif très efficace.**

Quand la codéine est-elle prescrite ?

La codéine est prescrite dans les cas de **toux sèches** mais aussi en cas de **douleurs modérées à fortes.**

Quel sont les médicaments à conseiller en association à la codéine ?

Les experts de l’Organisation Mondiale de la Santé préconisent **d’associer la codéine au paracétamol** en raison d’une potentialisation des effets antalgiques des ces 2 médicaments.

Compte tenu du ralentissement du transit provoqué par la prise de codéine, l’association d’un laxatif peut être envisagée dès le début du traitement.

Sous quelle forme se présente la codéine ?

- Comprimés secs et effervescents
- Sirop
- Solution buvable

Ces différentes formes de codéine sont disponibles en pharmacie sur ordonnance. La codéine est disponible le plus souvent en association avec le paracétamol.

Comment la codéine est-elle prescrite ?

Pour le soulagement de la douleur :

- Pour un adulte la dose conseillée est de 15 mg à 60 mg, toutes les 4 à 6 heures, mais il ne faut pas dépasser les 180 mg/jour.
- À partir de 15 ans, la posologie de l'association paracétamol 500 mg + codéine 30 mg est de 1 comprimé toutes les 4 heures ou 2 comprimés toutes les 8 heures, avec un maximum de 6 comprimés/jour.
- En ce qui concerne les enfants, la posologie est fonction du poids. Ainsi, la dose de codéine recommandée chez l'enfant, à partir de 1 an, est d'environ 0,5 à 0,75 mg/kg, quatre fois par jour, soit une dose quotidienne de 2 à 4 mg/kg par jour. En cas de douleur intense, la dose peut être portée à 0,5 mg/kg ou 0,75 mg/kg toutes les 4heures (sans dépasser 6 prises par jour). Il est également possible d'utiliser une posologie de 1mg/kg toutes les 6 heures. La dose de codéine à ne pas dépasser est de 1 mg/kg par prise et de 6 mg/kg par jour.
- La forme effervescente est réservée à l'adulte et à l'enfant à partir de 15 ans.

Dans le cas d'une toux sèche :

- Pour un adulte, il est recommandé de prendre de 10 mg à 30 mg, toutes les quatre à huit heures.
- Chez l'enfant, la posologie est adaptée au poids. Il va s'agir en général d'une dose de 1 à 1,5 mg/kilo/jour en 6 prises.

Dans tous les cas, la posologie et le dosage varient d'une personne à l'autre selon des facteurs tels que l'âge, le poids… Il est donc impératif de s'en tenir à la prescription du médecin et de ne pas en donner à d'autres personnes qui sembleraient présenter les mêmes symptômes que vous.

La codéine : comment ça marche?

La stimulation des récepteurs à la douleur est à l'origine d'un signal électrique transmis par les nerfs jusqu'au cerveau. C'est le cerveau qui traduit ce signal nerveux en **sensations douloureuses.**

La douleur se définit par plusieurs caractéristiques (le type de douleur, le facteur déclenchant, le siège de la douleur, son intensité, son caractère isolé ou répétitif…) qui vont orienter la prise en charge médicamenteuse de votre douleur.

La codéine agit au niveau du cerveau pour exercer son action, ainsi :

- **Pour la douleur modérée à forte :**
  La codéine va agir à la fois au niveau de la moelle épinière et au niveau du cerveau, via les récepteurs opioïdes, en modifiant les signaux de douleur qui arrivent au cerveau, et aussi en renforçant les mécanismes naturels de contrôle de la douleur au sein du cerveau.

- **Pour la toux sèche :**
  La codéine va réduire le réflexe de toux en diminuant l'excitabilité du centre de la toux au niveau du cerveau.

À noter que chez certains patients il existe une réponse variable d'origine génétique de telle sorte que le médicament peut être moins actif.
Parlez-en à votre médecin.

Quels sont les effets indésirables de la codéine?

Comme pour tout médicament, la prise de codéine peut **provoquer des effets indésirables**. Ces effets non souhaités constituent en fait une réaction du corps à la prise d'une substance et ce, **même en ayant respecté les doses recommandées.**

Les plus fréquents sont la constipation (à prévenir systématiquement lors d'utilisation prolongée de codéine, particulièrement chez le sujet âgé ou peu actif), l**es nausées, la somnolence…**

Plus rarement des réactions **cutanées allergiques (prurit, rash) ou respiratoires.**

Aux doses supérieures à la dose quotidienne recommandée, il existe un risque de **dépendance et de sevrage lors de l'arrêt brutal.**

Si vous souffrez d'une insuffisance rénale, ne prenez pas de médicaments à base de codéine sans l'accord de votre médecin. Des précautions sont à prendre, notamment en augmentant l'intervalle des prises (minimum 8 heures).

Pour le sujet âgé, ne pas prendre de médicaments à base de codéine sans l'avis de votre médecin.

Ces effets indésirables disparaissent souvent avec le temps, sans prise en charge particulière. Toutefois s'ils persistent, s'aggravent ou deviennent gênants, il est impératif de consulter.

Pour qui ou dans quelles situations la codéine est-elle contre-indiquée ?

La prise de codéine est à éviter dans plusieurs cas :

- **Durant les trois premiers mois de grossesse et pendant l'allaitement**
- **Si vous souffrez d'asthme ou de maladies respiratoires**
- **Si vous avez une allergie connue à la codéine**

Quelles sont les précautions d'emploi d'utilisation de la codéine ?

La prise de codéine est à éviter dans plusieurs cas :

- La codéine peut entrainer des troubles de la vigilance, de ce fait, la conduite automobile et toute autre conduite ou activité sur machine nécessitant de la concentration est à éviter.
- L'absorption d'alcool majore l'effet sédatif de la codéine, évitez la prise d'alcool pendant le traitement.
- Si vous souffrez d'hypertension intracrânienne, ne prenez pas de médicament à base de codéine, et prévenez votre médecin (la codéine risque d'augmenter l'importance de cette hypertension).
- Si vous avez une toux productive (crachats), la codéine peut entraver l'expectoration.
- La codéine peut interagir avec d'autres médicaments notamment ceux qui agissent sur le cerveau comme les antidépresseurs, les hypnotiques, les anxiolytiques, les benzo diazépines les barbituriques, autres antalgiques mais aussi avec les antitussifs et les anti allergiques.
- Un avis médical est donc nécessaire lorsque vous prenez d'autres médicaments.
- Ne dépassez ni la dose ni la durée de traitement prescrits car la codéine peut conduire à de la dépendance.
- En cas de grossesse ou d'allaitement ne prenez pas de vous-même un médicament à base de codéine mais demandez conseil à votre médecin traitant.

Quel est le risque d'accoutumance à la codéine ?

Le préjugé principal au sujet de la codéine est le risque d'accoutumance qu'elle entraîne. Cependant, et comme tout autre médicament de la famille des opioïdes, si la codéine est utilisée avec sérieux, en respectant les prescriptions du médecin, il y a relativement peu de risques.

Après une prise régulière et prolongée de codéine, l'arrêt brutal peut provoquer des signes de sevrage. Peuvent apparaître : faiblesse, diarrhées, tremblements, transpiration, douleurs corporelles, nausées, frissons, manque d'appétit. Dans ces conditions, une consultation avec son médecin s'impose afin de déterminer les modalités de l'arrêt de la codéine.

Quel sont les médicaments à éviter lors du traitement par la codéine ?

Ne prenez pas un autre médicament sans avis médical.

En effet, certains médicaments provoquent des interactions médicamenteuses associées à la codéine, notamment des médicaments sédatifs, antidépresseurs, narcotiques ou encore neuroleptiques, pouvant entraîner des risques de perte d'efficacité antalgique et/ou d'apparition d'un syndrome de sevrage.

Comment favoriser l'observance du traitement ? Quels conseils pour les malades ?

Votre médecin vous expliquera comment bien prendre votre traitement :

- **La posologie**
- **L'intervalle de temps entre 2 prises**
- **La dose maximale quotidienne**

Pensez à faire part à votre médecin de vos antécédents mais aussi des symptômes que vous ressentez en cours de traitement. Votre médecin adaptera votre traitement en fonction des symptômes ressentis. Pour bien gérer votre traitement, votre médecin ou votre pharmacien peut par exemple vous proposer de noter les moments où votre douleur augmente ou diminue ainsi que les troubles perçus.

La Codéine ?
“Parlons-en”

www.institut-upsa-douleur.org

279071109