

PUBLIÉ LE 10/04/2025 - MIS À JOUR LE 11/04/2025

L’ANSM lance une campagne de sensibilisation au bon usage des médicaments dans le traitement de l’anxiété et de l’insomnie

BON USAGE - RECOMMANDATIONS

Nous déployons le 10 avril 2025 une campagne pour favoriser le bon usage des médicaments indiqués dans le traitement de l’anxiété et de l’insomnie sévères (benzodiazépines et apparentés).

En effet, bien qu’efficaces ces médicaments ne sont pas sans risques. En France, ces médicaments restent très prescrits et sur des durées trop longues. L'objectif est de sensibiliser le grand public et les professionnels de santé à cet enjeu important de santé publique.

Le message consiste à rappeler que dans la prise en charge de l’anxiété et de l’insomnie, ces médicaments doivent être prescrits sur la durée la plus courte possible.

Ils constituent une aide temporaire pour atténuer les symptômes et non un traitement de la cause.

La France est le 2e pays le plus consommateur de benzodiazépines en Europe, après l’Espagne. En 2024, plus de 9 millions de Français ont été traités par une benzodiazépine. Le profil de sécurité particulier de cette classe de médicaments (risques de dépendance, de chute, de troubles de la mémoire, de somnolence, risque lié à la conduite…) reste, pour nous, un sujet de préoccupation.

Nous rappelons que la durée de traitement est de quelques jours à trois semaines pour les hypnotiques, utilisés pour les insomnies, et ne doit pas dépasser 12 semaines pour les anxiolytiques.

D’après une récente étude menée pour l’ANSM auprès d’un panel de Français, plus d’une personne qui prend ou a pris des benzodiazépines sur trois considère qu’elle ne prend pas de risques avec ce traitement.

> *« Cette campagne a pour objectif de sensibiliser le grand public et les professionnels de santé à un sujet de préoccupation qui, bien qu’il ait fait l’objet de nombreuses actions depuis plusieurs décennies, reste aujourd’hui toujours d’actualité. »*
>
> **PR CATHERINE PAUGAM-BURTZ**
> Directrice générale de l’ANSM

Trois cibles majeures à informer

Les jeunes adultes de 18 à 25 ans, car près d’une personne sur quatre de moins de 30 ans, prenant ou ayant pris des benzodiazépines, affirme ne pas connaitre le risque de dépendance ou celui pour la conduite et l’utilisation de machines.

Les seniors de + 65 ans constituent la population la plus concernée par le mésusage. Elle est la plus consommatrice de benzodiazépines. Avec des prescriptions souvent sur de très longues durées et des risques identifiés importants comme les chutes avec des conséquences potentiellement graves.

Les professionnels de santé, en priorité les médecins et les pharmaciens. L’enjeu est de favoriser le bon usage de ces médicaments et qu’ils puissent relayer ces messages auprès de leurs patients.

Les outils de la campagne d’information

- Des affiches avec quatre situations proposées, deux pour l’insomnie et deux pour l’anxiété, qui partagent des alternatives non-médicamenteuse telles que de la lecture, la méditation, l’activité physique et les sorties entre amis ;
- Des brochures d’information pour le grand public, une sur l’anxiété et une sur l’insomnie ;
- Deux vidéographies pour le grand public, une sur l’anxiété et une sur l’insomnie ;
- Une vidéographie et une brochure pour les médecins ;
- Des partenariats avec des créateurs et des créatrices de contenu.

Ces outils seront diffusés dans le cadre d’une campagne digitale avec achat d’espace en ligne et relai par des représentants des professionnels de santé.









Et toujours la signature sur le bon usage :

Les médicaments ne sont pas des produits ordinaires, ne les prenons pas à la légère.

Cette campagne s'inscrit dans le cadre de la Grande cause nationale sur la santé mentale et sera déployée auprès des ARS qui souhaitent la relayer. Cela se traduit par un premier déplacement en territoire le mercredi 9 avril et lance un nouveau volet de collaboration entre l'ANSM et l'ARS Grand-Est.

Parlons santé mentale!
GRANDE CAUSE NATIONALE
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE