

Coordonnées

Services externes du CISSS de la Montérégie-Ouest – programmes Santé mentale et Dépendance

- **Candiac**
450 619-6009
- **Granby**
450 375-0022
- **Longueuil**
450 651-3113
- **Montréal** (services anglophones)
514 486-1304
- **Saint-Hubert**
450 443-2100
- **Saint-Hyacinthe**
450 771-6622
- **Saint-Jean-sur-Richelieu**
450 348-1600
- **Salaberry-de-Valleyfield**
450 373-5934
- **Sorel-Tracy**
450 746-1226



Notre mission

Maintenir, améliorer et restaurer la santé et le bien-être de la population québécoise en rendant accessible un ensemble de services de santé et de services sociaux intégrés et de qualité, contribuant ainsi au développement social et économique du Québec.

Notre vision

Des soins de santé et des services accessibles et efficaces qui s'adaptent aux besoins des Québécois.

Nos ambitions

Le CISSS de la Montérégie-Ouest réalise ses ambitions en osant innover dans ses façons de faire et ainsi il se démarque et rayonne par :

- L'excellence de son offre de soins et services intégrés de proximité axée sur l'interdisciplinarité, l'accessibilité et l'adaptation aux besoins de sa population;
- Son courage à questionner et à améliorer ses pratiques professionnelles, cliniques et de gestion;
- La reconnaissance de la contribution de son personnel et la mise en place de pratiques de gestion humaines;
- La force de ses liens avec ses partenaires.

Nos valeurs

Nos actions sont guidées par cinq valeurs, interdépendantes et en équilibre :

- Bienveillance;
- Collaboration;
- Engagement;
- Audace;
- Cohérence.

LE SEVRAGE : ALCOOL, GHB, BENZODIAZÉPINES

Ce que vous devez savoir



www.santemo.quebec

Vous avez choisi d'entreprendre une démarche de changement, nous profitons de l'occasion pour féliciter cette décision judicieuse de votre part.

Les résultats de votre évaluation indiquent que vous devez effectuer votre sevrage en centre hospitalier ou aux services d'hébergement en dépendance pour assurer votre sécurité.

Comme nous avons à cœur votre bien-être, nous avons réuni quelques informations importantes à connaître pour assurer votre sécurité avant votre évaluation médicale au centre hospitalier ou avant votre admission à nos services résidentiels de désintoxication.

Qu'est-ce qu'un sevrage ?

Le corps humain recherche l'équilibre. Ainsi, si vous cessez brusquement de consommer de l'alcool, du GHB ou des benzodiazépines comme de l'Ativan, du Rivotril, du Xanax ou du Valium (dépresseurs du système nerveux central), vous verrez votre système nerveux s'emballer aussitôt et devenir hyperactif. C'est ce qui explique l'apparition des signes et des symptômes physiques de sevrage.

Parfois, cette hyperactivité représente un risque important pour la santé et peut évoluer en hallucinations auditives ou visuelles, en convulsions ou en delirium tremens, d'où l'importance qu'elle soit traitée avec une médication appropriée prescrite par un médecin.

La période nécessaire au système nerveux pour revenir à son niveau normal d'activités est généralement de **7 à 10 jours** et correspond précisément à la durée normale d'un sevrage de dépresseurs du système.

Quels sont les symptômes de sevrage ?

Les symptômes de sevrage varient selon la substance psychoactive consommée. L'arrêt de consommation d'alcool, de GHB ou de benzodiazépines peut engendrer les symptômes suivants et comporter des complications possibles :

- tremblement des mains, des bras, de tout le corps;
- transpiration abondante;
- engourdissement des mains et des pieds;
- anxiété : sensation de boule dans l'estomac, nervosité importante;

- pouls rapide : sensation de palpitations cardiaques;
- augmentation de la pression artérielle;
- fièvre;
- nausées, vomissements;
- insomnie;
- problèmes sensoriels : hypersensibilité aux bruits, fourmillements sous la peau, vision altérée;
- confusion, désorientation;
- hallucinations auditives et visuelles;
- convulsions de sevrage.

Quand débute le sevrage ?

Le sevrage débute à l'arrêt ou à la diminution rapide de la consommation. L'intensité des symptômes physiques de sevrage est souvent reliée à la fréquence de vos habitudes et à la quantité consommée.

Pourquoi on me propose de ne pas cesser de consommer ?

Le sevrage d'alcool, de GHB ou de benzodiazépines peut comporter des risques pour votre santé et votre sécurité. Un traitement sous supervision médicale est alors recommandé.

Les résultats de votre évaluation démontrent que vous devez effectuer votre sevrage sous supervision médicale pour assurer votre sécurité. Même si vous n'avez jamais eu de complications de sevrage dans le passé, il faut être vigilant. **Vous ne devez donc pas cesser votre consommation par vous-même.**

Que veut dire ne pas cesser de consommer ?

Diminuer ou cesser brusquement la consommation avant votre admission en désintoxication peut comporter des risques qu'il faut éviter.

Certaines personnes profitent des derniers jours avant leur admission aux services résidentiels pour consommer davantage qu'à l'habitude. Nous vous demandons d'éviter ce genre de pratique qui rendrait votre sevrage plus difficile et à risque pour votre santé.

Cela signifie donc de consommer une quantité suffisante de substances (alcool, GHB ou benzodiazépines) pour être physiquement confortable et limiter les symptômes physiques de sevrage.

En tout temps, si vous présentez des malaises physiques inquiétants, il vaut mieux vous rendre à l'urgence du centre hospitalier de votre secteur ou composer le 811.

