

FOLIA PHARMACOTHERAPEUTICA FÉVRIER
2025

Le podcast BENZOCARE sur la prescription et le sevrage des benzodiazépines & Z-drugs

Dans le **podcast BENZOCARE**, une chercheuse, un médecin généraliste et un patient partagent leur expérience vis-à-vis des benzodiazépines et Z-drugs (la prescription, la dépendance, le sevrage progressif). Le podcast se compose de deux épisodes :

- L'épisode 1 aborde les indications des benzodiazépines et Z-drugs, leurs bénéfices et leurs risques.
- L'épisode 2 explore les complexités et les défis du processus de sevrage progressif.

Le podcast BENZOCARE en deux épisodes peut être écouté sur Spotify. Le podcast est disponible en néerlandais et en français. Ellen Van Leeuwen, médecin généraliste et rédactrice en chef au CBIP, a collaboré au podcast néerlandophone. Le podcast a été financé par BELSPO dans le cadre du projet de recherche BENZOCARE.

Ressources utiles du CBIP sur l'utilisation rationnelle des benzodiazépines et Z-drugs :

- **E-learning** « Sevrage des benzodiazépines »
- **Folia février 2023** : Lancement d'un programme de sevrage progressif des benzodiazépines et apparentés
- **Folia juillet 2023** : Opioïdes ainsi que benzodiazépines et Z-drugs, mais aussi prégabaline et gabapentine : comment bien les utiliser ?
- **Répertoire chapitre 10.1.1.** (benzodiazépines) et **Répertoire 10.1.2.** (Z-drugs) : voir les rubriques **Positionnement** pour des informations sur leur place dans l'insomnie (benzodiazépines et Z-drugs) et les troubles anxieux (benzodiazépines), et la rubrique **Posologie** pour des informations sur le sevrage progressif.

Autres ressources utiles

- <https://www.usagepsychotropes.be/>, portail apportant des informations actualisées sur les psychotropes, fondées sur des données probantes. Spécialement conçu pour les médecins, pharmaciens et psychologues, ce portail renvoie à des ressources spécifiquement adaptées, telles que des études, des formations en ligne et des outils pratiques.
- Suite au podcast BENZOCARE, l'AFMPS rappelle la prescription rationnelle des benzodiazépines et des médicaments apparentés dans un Flash VIG News (5/2/2025).

Colophon

Les *Folia Pharmacotherapeutica* sont publiés sous l'égide et la responsabilité du *Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique* (Belgisch Centrum voor Farmacotherapeutische Informatie) a.s.b.l. agréée par l'Agence Fédérale des Médicaments et des Produits de Santé (AFMPS).

Les informations publiées dans les *Folia Pharmacotherapeutica* ne peuvent pas être reprises ou diffusées sans mention de la source, et elles ne peuvent en aucun cas servir à des fins commerciales ou publicitaires.

Rédacteurs en chef: (redaction@cbip.be)

T. Christiaens (Universiteit Gent) et
Ellen Van Leeuwen (Universiteit Gent).

Éditeur responsable:

T. Christiaens - Nekkersberglaan 31 - 9000 Gent.