

Navigation

- Accueil
- Groupe de soutien en ligne
- Les méfaits des benzodiazépines et des somnifères
- Le syndrome de sevrage
- Symptômes de sevrage
- Le sevrage aux benzodiazépines : les différentes méthodes de sevrage
- Témoignages
- Plan du site

Le manuel Ashton

<http://www.benzo.org.u>

Site d'information en français sur les benzodiazépines

<http://cid-1a9bf45e79c64b0c.spalc=1036>

Sites d'information en anglais

<http://www.benzo.org.u>

<http://www.benzosuppo>

<http://www.non-benzodiazepines.org.uk>

<http://www.bcnc.org.uk>

Groupe de soutien en ligne

<http://benzo.forumactif>

[Accueil](#) >

Table d'équivalence et demi-vie des benzodiazépines

Le tableau suivant, extrait du manuel Ashton, propose deux informations essentielles à la bonne conduite du sevrage aux benzodiazépines. Il établit une équivalence entre différentes benzodiazépines et indique la demi-vie de chaque benzodiazépine, qui varie en fonction des individus.

L'équivalence entre les différentes benzodiazépines permet d'évaluer de façon très précise la quantité d'une benzodiazépine dont vous aurez besoin pour en remplacer une autre. Cette donnée est très utile dans le cas d'une substitution qui s'avère souvent nécessaire chez les usagers de benzodiazépines à demi-vie courte.

La demi-vie est le temps requis pour que la concentration de benzodiazépine dans le sang diminue de moitié.

Il s'agit également d'une notion incontournable en matière de dépendance et sevrage aux benzodiazépines. Chez les usagers de long terme, le sevrage ne peut se faire qu'à partir d'une benzodiazépine à demi-vie longue, qui permet de maintenir un taux stable de benzodiazépines dans le sang. Cette donnée peut varier selon les individus car elle dépend de la capacité de métabolisation de chacun.

BENZODIAZÉPINES ET SOMNIFERES

Benzodiazépines	Demi-vie (en h) [Métabolite actif]	But commercial ¹	Équivalence approximative Doses orales en (mg) ²
-----------------	---------------------------------------	-----------------------------	--

Alprazolam (Xanax)	6-12	a	0.5
Bromazépam (Lexotan, Lexomil)	10-20	a	5-6
Chlordiazépoxyde (Librium, Librax)	5-30 [36-200]	a	25
Clobazam (Frisium, Urbanyl)	12-60	a,e	20
Clonazépam (Klonopin, Rivotril)	18-50	a,e	0.5
Clorazépate (Tranxène)	[36-200]	a	15
Diazépam (Valium, Novazam)	20-100 [36-200]	a	10
Estazolam (ProSom, Nuctalon)	10-24	h	1-2
Flunitrazépam (Rohypnol)	18-26 [36-200]	h	1
Flurazépam (Dalmane, Somnal)	[40-250]	h	15-30
Halazépam (Paxipam)	[30-100]	a	20
Kétazolam (Anxon, Loftran)	30-100 [36-200]	a	15-30
Loprazolam (Dormonoct, Havlane)	6-12	h	1-2
Lorazépam (Ativan, Témesta)	10-20	a	1
Lormétazépam (Noctamid, Noctamide)	10-12	h	1-2
Médazépam (Nobrium)	36-200	a	10
Nitrazépam (Mogadon)	15-38	h	10
Nordazépam (Nordaz, Calmday)	36-200	a	10
Oxazépam (Serax, Serenid, Serepax, Séresta)	4-15	a	20
Prazépam (Centrax, Lysanxia)	[36-200]	a	10-20
Quazépam (Doral)	25-100	h	20
Témazépam (Restoril, Normison, Euhypnos)	8-22	h	20
Triazolam (Halcion)	2	h	0.5
Non-Benzodiazépines mais avec des réactions similaires³			
Zaleplon (Sonata, Starnoc)	2	h	20
Zolpidem (Ambien, Stilnoct, Stilnox)	2	h	20
Zopiclone (Zimovane, Imovane)	5-6	h	15

1. But commercial : bien que toutes les benzodiazépines aient des effets similaires, elles sont habituellement commercialisées en tant que anxiolytiques (a), hypnotiques (h) ou anticonvulsifs (e).
2. Ces équivalences sont basées sur l'expérience clinique du professeur Ashton.
3. Ces somnifères sont de composition chimique différente des benzodiazépines mais ont les mêmes effets sur l'organisme et agissent selon les mêmes mécanismes.

Commentaires

[Se connecter](#) | [Activités récentes sur le site](#) | [Signaler un abus](#) | [Imprimer la page](#) | Avec la technologie de [Google Sites](#)