

# Les médicaments et la mémoire

Par Camille Gagnon,  
Pharmacienne, directrice adjointe,  
Réseau canadien pour l'usage approprié des médicaments et la déprescription

**Vous est-il déjà arrivé d'oublier où vous aviez stationné votre voiture, mis vos clés, ou le nom d'une personne ?**

**Certains médicaments peuvent contribuer à ces oublis.**

Cet article présente des exemples de médicaments qui peuvent affecter le cerveau, ainsi que des questions à poser à votre professionnel de la santé.



**Le saviez-vous ?** Certains médicaments, utilisés seuls ou en combinaison avec d'autres, peuvent avoir un impact sur la mémoire et le fonctionnement du cerveau.

En causant de la **somnolence**, de la **confusion** et des **pertes d'équilibre**, les médicaments peuvent affecter notre attention, notre mémoire, notre langage, notre planification, notre exécution des tâches, ainsi que d'autres facultés cognitives. Ces effets secondaires peuvent être temporaires ou à long terme.

**Les aînés** sont particulièrement à risque de développer ces effets secondaires. En vieillissant, le corps devient plus sensible aux effets des médicaments, incluant les effets secondaires qui affectent le cerveau. **Les personnes ayant reçu un diagnostic de trouble cognitif léger ou de démence** sont également à risque. Ces personnes devraient éviter de prendre des médicaments susceptibles d'affecter leur cognition, surtout lorsqu'il existe une thérapie alternative plus sécuritaire ou plus efficace.

## Quels médicaments affectent la mémoire et le fonctionnement du cerveau ?

Jetez un coup d'œil au tableau ci-dessous pour voir si vous ou quelqu'un que vous connaissez prenez des médicaments qui peuvent avoir un impact négatif sur le cerveau. Veuillez noter que des médicaments autres que ceux mentionnés dans le tableau peuvent également avoir un impact sur la fonction et la mémoire.

### Exemples de médicaments pouvant affecter la cognition et la mémoire

Classes de médicaments	Exemples de médicaments	Utilisations communes
<b>Somnifères</b>	<b>Benzodiazépines</b> lorazépam (Ativan®), oxazépam (Serax®), diazépam (Valium®) <b>Sédatifs non-benzodiazépine ou de "type Z"</b> zopiclone (Imovane®), zolpidem (Sublinox®)	Ces médicaments sont généralement prescrits pour les troubles du sommeil.
<b>Aides-sommeil en vente libre</b>	diphenhydramine (Unisom®, ZzzQuil®, Tylenol Nighttime®, Advil Nighttime®)	Ces médicaments sont disponibles sans ordonnance et utilisés pour traiter les troubles du sommeil.
<b>Certains médicaments antiallergiques</b>	hydroxyzine (Atarax®), diphenhydramine (Benadryl®)	Ces médicaments sont généralement utilisés pour traiter les démangeaisons ou les allergies et plus rarement, l'insomnie ou l'anxiété
<b>Certains médicaments antinauséux</b>	dimenhydrinate (Gravol®)	Ces médicaments sont disponibles sans ordonnance et souvent utilisés pour traiter le mal des transports.
<b>Antipsychotiques</b>	quétiapine (Seroquel®), rispéridone (Risperdal®)	Ces médicaments sont utilisés pour traiter certains problèmes de santé mentale, comme la schizophrénie. Ces médicaments sont également souvent prescrits pour des indications non reconnues par Santé Canada, comme l'insomnie ou l'anxiété.

## Exemples de médicaments pouvant affecter la cognition et la mémoire (suite)

Classes de médicaments	Exemples de médicaments	Utilisations communes
<p style="text-align: center;"><b>Certains antidépresseurs</b></p>	<p>amitriptyline (Elavil®), nortriptyline (Aventyl®), paroxétine (Paxil®)</p>	<p>Ces médicaments sont souvent utilisés pour traiter la dépression, mais aussi les troubles du sommeil, la douleur, ou encore pour la prévention des migraines.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Médicaments pour traiter l'incontinence urinaire</b></p>	<p>oxybutynin (Ditropan®)</p>	<p>Ces médicaments sont prescrits pour traiter la vessie hyperactive (un besoin urgent d'uriner).</p>
<p style="text-align: center;"><b>Les relaxants musculaires</b></p>	<p>cyclobenzaprine (Flexeril®), méthocarbamol (Robaxin®, Robaxacet®, Robax Platinum®)</p>	<p>Ces médicaments sont généralement utilisés pour traiter les spasmes musculaires, les douleurs au cou ou au dos.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Les médicaments opioïdes (narcotiques)</b></p>	<p>codéine (Tylenol NO. 3®), morphine (Statex®), hydromorphone (Dilaudid®), oxycodone (Percocet®)</p>	<p>Ces médicaments sont prescrits pour traiter la douleur aiguë (une courte période) ou pour traiter la douleur chronique.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Médicaments pour traiter les douleurs des nerfs ou l'épilepsie</b></p>	<p>pregabaline (Lyrica®), gabapentine (Neurontin®)</p>	<p>Ces médicaments peuvent être prescrits pour différentes conditions, y compris les douleurs des nerfs causées par le diabète ou le zona.</p>

# Que pouvez-vous faire ?

**Voici ce que vous pouvez faire pour vous assurer que vos médicaments ne nuisent pas à votre mémoire ou à votre cognition:**

- **Demandez une révision de vos médicaments** : parlez à votre médecin, à votre infirmière ou à votre pharmacien pour demander une revue complète de vos médicaments. Ensemble, vous évalueriez si l'un de vos médicaments peut affecter votre mémoire ou votre cognition. N'oubliez pas de toujours apporter une liste complète de vos médicaments avec vous lors de ce rendez-vous.
- **Demandez si vous êtes candidat(e) à la *déprescription*** : La déprescription, c'est arrêter ou réduire la dose d'un médicament qui n'est peut-être plus nécessaire ou qui pourrait causer du tort. Demandez à votre professionnel de la santé : « Si un médicament affecte potentiellement ma mémoire ou ma cognition, pourrait-on le déprescrire ? »

**Voici cinq questions que vous pouvez poser à votre professionnel de la santé lors de la révision de vos médicaments :**

## **5** questions à poser à votre médecin, votre infirmière ou votre pharmacien :

1. Pourquoi est-ce que je prends ce médicament ?
2. Quels sont les bénéfices et les risques potentiels de ce médicament ?
3. Est-ce que ce médicament peut affecter ma mémoire ou causer des chutes ?
4. Est-ce que je peux arrêter ce médicament ou en réduire la dose ?
5. Avec qui dois-je faire un suivi et quand ?

**Parlez toujours à votre médecin, à votre infirmière ou votre à pharmacien avant d'arrêter ou de modifier tout médicament.**

### Références

1. Ruscini JM, Linnebur SA. Vieillesse et médicaments - La Santé des personnes âgées [en ligne]. Manuels Merck; 2023 [cité le 8 janvier 2024].
2. AGS Beers Criteria Update Expert Panel. American Geriatrics Society 2023 updated AGS Beers Criteria for potentially inappropriate medication use in older adults [en ligne]. 2023 [cité le 15 janvier 2024].

**RéseauDéprescription.ca**