

## ***Xanax<sup>MD</sup> (alprazolam) pour l'anxiété***

### **Le Xanax, qu'est-ce que c'est?**

Le Xanax est un sédatif utilisé pour plusieurs conditions, comme l'anxiété et l'insomnie.

**Dans votre cas, votre médecin vous l'a prescrit pour l'anxiété.**

Le Xanax fonctionne en agissant sur le cerveau. Il diminue le surplus d'énergie dans le cerveau et calme les pensées.

### **L'anxiété, qu'est-ce que c'est ?**

L'anxiété est une maladie qui se traite par un soutien psychologique et/ou des médicaments.

Les cellules du cerveau ne communiquent pas bien entre elles et certaines régions du cerveau deviennent trop actives. C'est ce qui cause l'anxiété. On peut se sentir inquiet, nerveux, avoir peur de beaucoup de choses et même paniquer sans raison. Chaque personne vit l'anxiété différemment.

### **Quels sont les effets positifs du Xanax ?**

Les effets de l'anxiété sont très différents pour chaque personne. Il se peut que vous ne les ressentiez pas tous. Le Xanax va aider à contrôler ceux que **vous** ressentez.

Le Xanax est efficace pour aider à contrôler des effets comme:

- L'inquiétude
- La peur des autres personnes
- La peur des foules et des grands espaces
- La transpiration, les tremblements, le manque de souffle et la sensation que le cœur bat trop vite
- Le fait d'être tout le temps nerveux
- La peur de mourir

**Le Xanax vous aidera à vous sentir mieux et plus en contrôle dans la vie de tous les jours.**

Vous pourrez commencer à sentir les effets du Xanax après quelques heures.

Si vous ne ressentez pas assez d'effets bénéfiques pour vous sentir bien, contactez votre médecin.

## **Quels sont les effets secondaires du Xanax ?**

**Il y en a plusieurs, mais vous ne ressentirez sans doute pas tous les effets secondaires.** Il est même possible que vous n'en ressentiez pas du tout. Chaque personne réagit différemment aux médicaments.

Vous pourriez :

- Avoir la bouche sèche (solution : sucez des glaçons, mâchez de la gomme ou des bonbons sans sucre).
- Avoir de la confusion ou des pertes de mémoire
- Être plus endormi, étourdi ou fatigué pendant la journée ou bien être plus agité pendant la nuit

D'habitude, ces effets secondaires disparaissent avec le temps.

Si ils vous incommode, parlez-en à votre professionnel de la santé (pharmacien, médecin, infirmière ou infirmier), il vous aidera à choisir une solution.

## **Comment dois-je prendre mon Xanax ?**

- Le plus souvent, on prend le Xanax 3 fois par jour, régulièrement ou au besoin.
- Si votre médecin vous a donné un horaire différent, suivez bien ses conseils.
- Vous pouvez prendre votre Xanax avec ou sans nourriture.

## **Que dois-je faire si j'oublie de prendre mon Xanax ?**

- Si vous avez oublié de prendre votre Xanax, prenez-le dès que vous y pensez, sauf s'il est bientôt l'heure de prendre la prochaine dose.
- **Ne doublez jamais votre dose, c'est important.**
- Si vous n'êtes pas certain(e) que vous pouvez prendre votre dose oubliée, appelez votre pharmacien.
- Si vous oubliez souvent des doses, parlez-en à votre pharmacien. Il vous aidera à trouver des solutions.

**Si vous désirez arrêter votre médicament, parlez-en à votre pharmacien, médecin, infirmière ou infirmier.**

**Il vous aidera à le faire de la bonne façon.**