

L'utilisation du *méthylphénidate* (*Ritalin*[®], *Ritalin SR*[®]) chez les enfants et les adolescents



Aperçu

Le *méthylphénidate* (*Ritalin*[®], *Ritalin SR*[®] et ses formulations génériques) appartient à une classe de médicaments appelés stimulants, qui servent à traiter le trouble d'hyperactivité avec déficit de l'attention (THADA).

À quoi sert le *méthylphénidate*?

Santé Canada a approuvé le méthylphénidate pour le traitement du THADA chez les adolescents et les enfants de six ans et plus. Il est employé pour réduire les symptômes mentaux et comportementaux du THADA, notamment une capacité d'attention limitée, l'impulsivité et l'hyperactivité.

Ton médecin pourrait prescrire ce médicament pour une autre raison. Si tu ne sais pas exactement pourquoi il l'a prescrit, tu peux le lui demander.



Comment agit le *méthylphénidate*?

Le méthylphénidate accroît l'activité de substances chimiques (neurotransmetteurs) présentes dans le cerveau, c'est-à-dire la dopamine et, dans une moindre mesure, la noradrénaline. Ce médicament stimule les régions du cerveau qui régissent l'impulsivité, l'attention et les mouvements, soulageant ainsi les symptômes du THADA.

Le *méthylphénidate* est-il efficace chez les enfants et les adolescents?

Le méthylphénidate ne guérit pas le THADA. Il vise à améliorer la capacité fonctionnelle en réduisant les symptômes de base du THADA comme l'incapacité d'être attentif, l'impulsivité et l'hyperactivité. Le méthylphénidate réduit ces symptômes chez environ les trois quarts des enfants et des adolescents. Il peut également t'aider à mieux tolérer les frustrations et à améliorer tes relations avec les autres, y compris tes camarades, et à beaucoup améliorer ta capacité fonctionnelle. Le méthylphénidate peut également être plus efficace s'il est combiné à des stratégies de gestion du comportement (p. ex., récompenser les bons comportements, apprendre des techniques de résolution de problèmes).

Si le méthylphénidate ne produit pas d'amélioration notable à un jeune âge, cela ne veut pas dire pour autant qu'il demeurera inefficace plus tard dans la vie.

Comment le *méthylphénidate* se prend-il?



Cette formulation de méthylphénidate se présente sous forme de comprimés que l'on prend par la bouche. Ton médecin déterminera combien tu dois en prendre, selon tes besoins. Au début du traitement, tu devras en prendre tous les jours (sept jours sur sept). Cela permet à ton corps de s'habituer au médicament et de savoir si et quand le médicament est efficace, selon la situation et la personne.

Les deux formulations de méthylphénidate dont il est question dans le présent feuillet d'information sont le méthylphénidate à action brève (Ritalin[®]) et à action intermédiaire (Ritalin SR[®]). Il existe également des versions génériques de ces médicaments. Chaque dose de méthylphénidate à action brève libère le médicament immédiatement, et elle est efficace pendant environ 4 heures. En règle générale, il faut le prendre deux ou trois fois par jour. Chaque dose de méthylphénidate à action intermédiaire libère le médicament lentement pendant une plus longue période, et son effet dure environ 6 heures. En général, on le prend une ou deux fois par jour. Parfois, ton médecin te prescrira en même temps des formulations à action brève et à action plus longue. Si c'est le cas, familiarise-toi avec les effets de chaque formulation et veille à les prendre selon les directives.

Les comprimés de méthylphénidate à action intermédiaire (Ritalin SR[®]) doivent être avalés entiers avec du liquide; il ne faut jamais les écraser ni les mâcher.

Quand le *méthylphénidate* commencera-t-il à agir?

Ton médecin augmentera lentement la dose du médicament afin de trouver celle qui est la plus efficace et qui produit le moins possible d'effets secondaires. L'action du méthylphénidate commence à se faire sentir au cours des deux premiers jours d'utilisation. Les symptômes commenceront à s'améliorer uniquement lorsqu'il y aura assez de médicament dans l'organisme. À la fin de la journée, lorsque le médicament cessera de faire effet, les symptômes du THADA pourraient revenir. Ton médecin modifiera les doses et le moment où tu les prends en fonction de tes besoins. Par exemple, il pourrait te demander de prendre une dose à un moment précis afin qu'il y ait assez de médicament dans ton corps pendant que tu étudies les principales matières à l'école (comme les mathématiques), aux moments où tu éprouves le plus de difficulté et aux périodes de transition (comme la récréation ou le moment où tu rentres chez toi en voiture).



Pendant combien de temps devrai-je prendre du *méthylphénidate*?

La période pendant laquelle les gens prennent du méthylphénidate varie. Tu devrais avoir une évaluation de temps à autre pour déterminer si tu en as besoin ou non. Certaines personnes n'en ont besoin qu'à certains moments de leur vie, par exemple, quand ils fréquentent l'école, et d'autres continuent d'en avoir besoin pendant de longues années. Ton médecin pourrait te recommander de cesser d'en prendre pendant un mois, en été, pour voir si tu en as toujours besoin, favoriser ta croissance et éviter que ton corps ne s'habitue trop au médicament.

Le *méthylphénidate* peut-il créer une dépendance?

Lorsqu'il est employé selon les directives de ton médecin, le méthylphénidate ne crée pas de dépendance. En général, les gens atteints de THADA peuvent présenter à long terme un risque accru de dépendance à des substances. Grâce à un traitement efficace, ils pourraient être moins vulnérables à ce genre de dépendance que les personnes qui ne prennent aucun médicament pour gérer leur THADA.

Quels sont les effets secondaires du *méthylphénidate* et que dois-je faire s'ils se produisent?

Ton médecin t'a prescrit du méthylphénidate parce qu'il considère que les avantages de ce médicament l'emportent sur ses risques. Cependant, comme la plupart des médicaments, il peut causer des effets secondaires, qui sont généralement plus fréquents quand on commence à en prendre ou quand la dose est augmentée. La plupart sont mineurs et s'estompent presque toujours avec le temps. Tu pourrais aussi ressentir un effet secondaire qui te semble grave ou persistant. Dans ce cas, demande à ton médecin de te suggérer des moyens de réduire ces effets secondaires à ton prochain rendez-vous. Les effets secondaires les plus courants de ce médicament sont énumérés à la page suivante, avec entre parenthèses des conseils pour les réduire.

Effets secondaires courants

Si l'un ou l'autre des effets secondaires suivants te dérange ou est inhabituel, parles-en à ton médecin, infirmière ou pharmacien. Pour d'autres conseils sur la gestion des effets secondaires courants, consulte notre document **Gestion des stimulants chez les enfants et les adolescents**.

- Perte d'appétit ou de poids (*prends le médicament au déjeuner, bois une boisson fouettée, une boisson à forte teneur en protéines ou un Boost pour dîner, et prends un gros repas lorsque le médicament aura cessé d'agir*)
- Insomnie (*prends la dose quotidienne plus tôt; adopte une routine du coucher; prends de 3 à 6 mg de mélatonine 30 minutes avant de te coucher*)
- Nausées, vomissements, maux d'estomac (*il s'agit souvent de signes de faim; essaie de manger quelque chose*)
- Congestion nasale (*essaie un vaporisateur nasal de solution saline*)
- Rythme cardiaque rapide (*parles-en à ton médecin*)
- Irritabilité, agitation, sensation d'énergie, nervosité (*évite la caféine, que l'on trouve dans le cola, le café et le thé*)
- Bouche sèche (*bois plus de liquides, mâche de la gomme sans sucre ou mange des bonbons sans sucre*)
- Maux de tête (*généralement, ce symptôme s'estompe en 1 à 3 semaines. Ce pourrait être aussi un signe de faim. Mange ou bois quelque chose*)

Effets secondaires plus graves, mais peu courants (se produisant chez moins de 5 % des patients)

Tout médicament comporte des risques. Assure-toi de discuter avec ton médecin des effets secondaires graves que peut causer le méthylphénidate.

Appelle **IMMÉDIATEMENT** ton médecin si tu éprouves l'un des effets secondaires suivants :



- Éruptions cutanées
- Maux de tête pulsatiles persistants
- Apparition ou aggravation de tics vocaux ou moteurs; par exemple, haussement des épaules, clignement des yeux, rotation de la tête, spasmes musculaires, raclements de gorge
- Symptômes psychiatriques : agitation; tristesse prolongée; hallucinations visuelles, auditives ou tactiles; autres changements inhabituels de l'humeur (*parles-en à ton médecin*)
- Pensées autodestructrices, hostiles ou suicidaires (*parles-en à ton médecin*)
- Retard de croissance (*ton médecin surveillera ta croissance et pourrait modifier ton traitement au besoin*)
- Érections prolongées et douloureuses du pénis (priapisme). Si vous êtes atteint de priapisme, consultez un médecin immédiatement. En raison de la possibilité de complications durables, le priapisme devrait être immédiatement évalué par un médecin.

Des inquiétudes ont été soulevées quant à la possibilité que le méthylphénidate augmente le risque de problèmes cardiaques chez les enfants et les adolescents. Cependant, des études ont démontré que le taux de mort subite (causée par un problème cardiaque) est semblable chez les enfants qui prennent des médicaments stimulants et chez ceux qui n'en prennent pas. Néanmoins, cette possibilité pourrait être préoccupante chez les enfants qui ont déjà une maladie ou une malformation cardiaque ou qui font de l'exercice vigoureux. Le méthylphénidate devrait être employé avec prudence chez les patients qui présentent un risque accru de problèmes cardiaques.

Quelles précautions dois-je prendre quand on me prescrit du méthylphénidate?

Plusieurs médicaments peuvent interagir avec le méthylphénidate, notamment certains médicaments contre la toux et le rhume, des inhibiteurs de la monoamine-oxydase comme la sélégiline (Eldepryl^{MD}) ou la phénelzine (Nardil^{MD}) et plusieurs autres. Si tu prends d'autres médicaments sur ordonnance ou en vente libre, ou si tu commences à en prendre, demande à ton médecin ou à ton pharmacien si tu peux le faire en toute sécurité. Ton médecin pourrait devoir modifier les doses de tes médicaments ou surveiller plus attentivement les effets secondaires si tu prends certains autres médicaments.

Consulte ton médecin dans les cas suivants:

- Tu as une maladie cardiaque ou des antécédents familiaux de maladie cardiaque ou de mort subite précoce
- Tu présentes une malformation cardiaque ou un durcissement des vaisseaux sanguins (athérosclérose)
- Tu as une thyroïde hyperactive
- Il t'arrive de t'évanouir, d'être étourdi, d'avoir des douleurs à la poitrine ou d'avoir un rythme cardiaque irrégulier
- Tu fais de l'hypertension
- Tu fais beaucoup d'exercice intense
- Tu es atteint d'un trouble convulsif insuffisamment maîtrisé
- Tu as des hallucinations (tu vois ou entends des choses qui n'existent pas)
- Tu as des problèmes psychiatriques comme la dépression ou le trouble bipolaire
- Tu as des changements d'humeur ou des pensées autodestructrices
- Tu as le glaucome (une maladie des yeux)
- Tu bois beaucoup d'alcool ou tu prends des drogues de rue
- Tu as des allergies ou tu as eu des réactions négatives au méthylphénidate ou à d'autres médicaments
- Tu es enceinte (ou comptes le devenir) ou tu allaites

Quelles directives particulières dois-je suivre quand je prends du *méthylphénidate*?

- Respecte tous tes rendez-vous avec ton médecin et le laboratoire. Ton médecin pourrait commander des évaluations et des tests (p. ex., rapports d'enseignants, échelles THADA, taille, poids, pouls, tension artérielle, électrocardiogramme) pour vérifier ta réaction au méthylphénidate.
- Ne laisse personne d'autre prendre ton médicament.

Que dois-je faire si j'oublie de prendre une dose de *méthylphénidate*?

Si tu prends cette formulation de méthylphénidate régulièrement et si tu oublies une dose, prends-la dès que tu y penses. Cependant, si plus de 4 heures se sont écoulées depuis le moment où tu aurais dû la prendre, ne la prends pas et continue ton horaire régulier. NE DOUBLE PAS ta prochaine dose.



Comment dois-je conserver le *méthylphénidate*?

- Conserve ce médicament à la température de la pièce loin de l'humidité et des sources de chaleur (ne le range donc pas dans la salle de bain, par exemple).
- Garde ce médicament hors de la portée et de la vue des enfants.

Tu peux faire part de ces renseignements aux membres de ta famille pour les familiariser avec tes options de traitement. Comme chaque personne a des besoins différents, il est important de suivre les conseils de ton médecin, infirmière ou pharmacien et de les consulter si tu as des questions sur ce médicament.

Élaboré par les professionnels de la santé du Programme de santé mentale pour les enfants et les adolescents et révisé par le personnel du Kelty Resource Centre.

Nous remercions Le Centre d'excellence de l'Ontario en santé mentale des enfants et des adolescents/ Le Centre hospitalier pour enfants de l'est de l'Ontario pour avoir effectué la traduction de ce document.