VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

DROGUE ET TRAVAIL : MODAFINIL

Par Profil supprimé Postée le 27/03/2018 08:29

Bonjour,

J'ai 17 ans, je suis en terminale et j'ai des petits soucis de fatigue. J'ai des activités extra scolaire tous les soirs de la semaine (hormis le wk), je rentre donc tous les soirs entre 21h et 22h30, puis je dois ensuite manger et faire mes devoirs. J'essaye en général de me coucher vers minuit, mais en ce moment, la plupart du temps je m' endors vers 1h et il y a des périodes ou je n'arrive pas à m'endormir avant 4h. Le problème c'est que je me lève à 6h15 pour aller en cours et que premièrement j'ai du mal à me réveiller, et en plus je suis extrêmement fatiguée.

Je ne veux pas arrêter mes activités, mais il faut que je trouve une solution car j'ai mon bac à la fin de l'année et je ne trouve pas assez de temps pour réviser.. (j'ai les mercredis après midi de libres, j'essaye alors de travailler, mais je m' endors très souvent pendant mon travail à cause de la fatigue).

J'ai donc pense au modafinil, mais je me demandais deja si j'avais besoin d'une prescription pour pouvoir en prendre, ou est ce que je pouvais en trouver, et si dans mon cas ce médicament serait une solution envisageable.

Mise en ligne le 29/03/2018

Bonjour,

Le modafinil est un médicament sur liste I, ce qui signifie qu'il est soumis à prescription médicale. Qui plus est, la prescription initiale de ce médicament est réservée aux spécialistes et/ou aux services spécialisés en neurologie et aux médecins exerçant dans les centres du sommeil. Lorsqu'il est prescrit, ce médicament nécessite une surveillance particulière tout au long du traitement.

Nous comprenons dans quelle intention vous envisagiez d'avoir recours à ce médicament mais, comme vous le voyez ses indications sont très précises puisqu'il traite la" somnolence diurne excessive associée à une narcolepsie avec ou sans cataplexie". Les effets indésirables possibles sont nombreux et loin d'être anodins (réactions cutanées graves, affections psychiatriques, risques cardiovasculaires, dépendance…).

Etant donnés tous ces éléments, vous comprendrez que, à moins qu'un médecin ne vous diagnostique un trouble narcoleptique, il semble très risqué de faire usage de manière détournée, sans avis et sans suivi médical, de ce type de médicament.

Nous entendons votre souhait de maintenir vos multiples activités mais peut-être pouvez-vous, de manière tout à fait transitoire, jusqu'à l'échéance du bac, essayer d'alléger votre emploi du temps afin de pouvoir vous consacrer à vos révisions et de vous accorder des plages de repos absolument nécessaires à votre équilibre. Comme vous le savez probablement, le sommeil joue un rôle fondamental dans les apprentissages, principalement au niveau de la mémorisation.

En parallèle, peut-être que votre médecin pourrait vous conseiller des compléments alimentaires et/ou des vitamines, sans effets indésirables mais pouvant vous aider à améliorer votre qualité de sommeil ainsi que potentialiser l'énergie dont vous avez besoin en journée.

Nous espérons avoir répondu à vos interrogations et vous souhaitons bonne continuation dans vos études ainsi que dans toutes ces activités qui semblent vous tenir à cœur.

Cordialement.