

*Fiche d'information*

# Diazépam (Valium®)

## Famille des benzodiazépines

Psychotropes chez l'enfant

RÉSEAUPIC
psychiatrie•information•communication

## Qu'est-ce qu'un médicament générique ?

C'est un médicament qui est composé du même principe actif que le médicament d'origine et qui se comporte dans l'organisme de façon équivalente, mais qui peut se présenter sous une forme ou une couleur différente. Il est identifié par le nom de la **D**énomination **C**ommune **I**nternationale (**D.C.I.**) suivi du nom de marque ou par un autre nom suivi de "**Ge**".

## Conservation

Conserver votre médicament dans son étui et à l'abri de la lumière et de la chaleur.
Ne pas laisser à la portée des enfants.

## Quel bénéfice attendre de ce médicament ?

Les anxiolytiques (appelés aussi tranquillisants) sont des médicaments utilisés pour soulager la tension nerveuse ou d'autres manifestations d'angoisse.
Ces médicaments ne guérissent pas l'anxiété, sorte d'inquiétude, de peur exagérée qui apparaît dans la vie quotidienne de votre enfant, mais en allègent les symptômes comme les sensations de poids sur la poitrine, d'étouffement, de gorge serrée, les palpitations, l'irritabilité, l'agitation, certains tremblements, la transpiration excessive, l'insomnie, etc... De ce fait, le traitement au moyen d'un anxiolytique ne constitue qu'un traitement d'appoint dont la durée doit être limitée (quelques semaines) et réévaluée car il existe un risque d'accoutumance. De plus, l'usage d'un anxiolytique doit être associé à un soutien psychologique ou éventuellement à un autre traitement médicamenteux (antidépresseur).
Ils possèdent aussi des propriétés de relaxation.

Le médicament à lui seul n'est pas totalement suffisant pour le rétablissement de votre enfant. Il est très souvent nécessaire d'être soutenu par un accompagnement psychologique et de poursuivre des activités de son choix (sport, lecture, jeux, etc).

## Comment prendre votre médicament ?

Il doit être pris en respectant la posologie prescrite sur l'ordonnance.
Vérifiez bien le dosage des comprimés ou la quantité de gouttes qu'a prescrit votre médecin.
Les comprimés ou les gouttes doivent être avalés avec un grand verre d'eau, pendant ou en dehors des repas en position assise ou debout.
Les gouttes sont comptées à l'aide du compte-gouttes contenu dans la boîte en carton du médicament. Il est important de préparer un médicament avec son compte-gouttes approprié tenu verticalement.

## Que faire en cas d'oubli d'une prise ?

Si le retard est de **moins de deux heures**, faire prendre immédiatement le médicament à votre enfant.
Au-delà de deux heures, sauter la prise et prendre la quantité prescrite la fois suivante.

**Ne doublez jamais les doses pour compenser l'oubli d'une prise.**

## Quels effets indésirables peuvent apparaître ?

Ces effets indésirables peuvent ne jamais apparaître et sont différents d'une personne à l'autre.
Dans leur grande majorité, ils ne sont pas graves. Certains régressent, dès les premières semaines du traitement. Il faut les connaître pour pouvoir les identifier ou les éviter et, dans tous les cas, en parler à votre médecin qui recherchera une solution pour les atténuer, voire les faire disparaître.

| Effets | Que dois-je faire ? |
|---|---|
| Somnolence, fatigue | Parlez-en au médecin qui pourra réévaluer les doses prescrites à votre enfant et leur répartition dans la journée. Dans les situations qui nécessitent de l'attention, votre enfant pourrait présenter un manque de vigilance. |
| Irritabilité, agressivité, excitation (peu fréquent) | Parlez-en à votre médecin. |
| Troubles de la mémoire | Cet effet indésirable est généralement transitoire, et disparaît à l'arrêt du traitement. Parlez-en à votre médecin. |
| Vertiges, troubles de l'équilibre, sensation de malaise en se levant, faiblesse musculaire | Demandez à votre enfant de se lever lentement. S'il est en position couchée, faites le asseoir un moment avant de se lever doucement.nSi les symptômes persistent, faites contrôler sa tension artérielle. Parlez-en à votre médecin. |

## Que surveiller pendant le traitement ?

**Les signes d'alerte**
Prévenir immédiatement votre médecin en cas d'apparition brutale de fièvre, forte transpiration, pâleur, rigidité musculaire ou accélération des battements du cœur.

## Quelles précautions observer ?

**Hygiène de vie**
Afin de favoriser un bon endormissement et un sommeil réparateur pour votre enfant, privilégiez un emploi du temps bien réglé, un environnement calme, encouragez une activité physique régulière et peu de temps passé devant les écrans. Evitez à votre enfant la consommation de boissons énergisantes (café, thé, cola...).

**Les médicaments**
Ne donnez pas à votre enfant de médicaments non prescrits par le médecin. Demandez l'avis du médecin ou pharmacien car ce médicament peut présenter des interactions avec d'autres médicaments courants.

## La régularité du traitement

Les anxiolytiques de la famille des benzodiazépines sont recommandés pour une durée maximale de douze semaines car ils peuvent créer, à la longue et selon la dose, une dépendance (besoin impérieux de prendre le médicament pour se sentir bien), et une accoutumance (nécessité d'augmenter les doses pour obtenir la même efficacité).
Le traitement pourra être renouvelé selon le besoin. Il est utile d'évaluer, régulièrement, avec votre médecin le bénéfice de ce traitement.

N'interrompez jamais brusquement ce traitement, même si l'enfant se sent mieux, car les symptômes de l'anxiété ou l'insomnie réapparaîtraient très vite. Parlez-en à votre médecin qui préconisera d'arrêter progressivement, sauf si le traitement a été de courte durée.

Cette fiche d'information a été réalisée par les professionnels de santé du Réseau P.I.C. (Psychiatrie- Information - Communication).
Toutefois, cette fiche est un support d'information non exhaustif qui doit vous permettre d'en parler plus largement avec votre médecin ou pharmacien.
© Copyright réseau PIC – 2026 – **Dernière mise à jour de cette fiche : 01/10/2025**