Insérer l'en-tête

Adresse

Date

Chèr(e) [nom du patient],

Je vous écris car selon nos dossiers, vous prenez du <nom du médicament> depuis un certain temps. Depuis peu, les médecins sont préoccupés quant à l’usage à long terme de ce type de médicaments sédatifs-hypnotiques (aussi appelés somnifères).

En effet, l’usage de ces médicaments à long terme n'est plus recommandé car des recherches scientifiques ont démontré qu'ils peuvent entraîner des effets secondaires néfastes comme des chutes et des fractures, des problèmes de mémoire et du sommeil, ainsi qu’une dépendance. De plus, on peut développer une tolérance à ces médicaments, ce qui fait qu’ils ne fonctionnent plus aussi bien avec le temps.

Je vous écris pour vous suggérer de considérer réduire votre dose de ce médicament et éventuellement, de les arrêter complètement. Comme chaque personne est différente, j'aimerais avoir la chance d’en discuter avec vous en personne au cours des trois prochains mois.

L'arrêt soudain des médicaments somnifères peut provoquer des effets indésirables désagréables. Pour éviter cela, nous pouvons élaborer un protocole qui réduira votre dose très graduellement. Une fois que vous aurez commencé à réduire votre dose de ce médicament, vous pourrez peut-être considérer l’arrêter complètement. Nous pourrons aussi vous aider à mettre en place des thérapies alternatives pour vous aider à dormir, qui sont démontrées comme étant plus sécuritaires et efficaces.

Si vous désirez me rencontrer pour parler de ce sujet, je vous invite à prendre rendez-vous avec moi à un moment qui vous convient.

Cordialement,

<Signature du médecin traitant>