

# LA CONSTIPATION INDUITE PAR LES OPIOÏDES

## QUE FAIRE ?

> FICHE D'INFORMATION

Établissement certifié par la Haute Autorité de Santé en 2007

**L**a constipation est un effet secondaire inévitable des opioïdes, prescrits contre la douleur. Ces antalgiques ralentissent le transit intestinal. Sous opioïdes, il est nécessaire d'avoir des selles au moins tous les deux jours.

> **La constipation due aux opioïdes doit être prise en charge dans tous les cas.**

### QUE FAIRE ?

- Prévoir un moment calme à horaires réguliers pour aller à la selle. Prendre éventuellement l'antalgique prescrit par le médecin, 30 min avant.
- Surélever les pieds quand vous êtes aux toilettes pour favoriser la progression des selles.
- Répondre à la sensation de besoin sans attendre.
- Boire autant que possible de liquide par jour.
- Augmenter votre consommation de fruits, légumes et céréales.
- Essayer de maintenir si possible une activité physique. Même marcher une courte distance peut aider à améliorer le transit intestinal.

- Noter la fréquence de vos selles
- Prendre **quotidiennement** votre traitement laxatif oral.
- Si vous avez des selles : le traitement est efficace, **il faut le continuer.**
- Malgré le traitement laxatif oral ou injectable, votre médecin peut être amené à vous prescrire un lavement par voie rectale.
- Consulter votre médecin si vous pensez avoir des hémorroïdes (démangeaisons anales, saignements, douleurs).

> **OSEZ parler de la constipation à l'équipe soignante.**

Cette fiche d'information a été conçue par « l'équipe des soins d'accompagnement » du Centre Paul Strauss et validée par les membres du Comité des patients.



**CENTRE PAUL STRAUSS**  
centre régional de lutte contre le cancer

3 rue de la Porte de l'Hôpital BP 30042 / 67065 Strasbourg cedex

Tél. 03 88 25 24 24

[www.centre-paul-strauss.fr](http://www.centre-paul-strauss.fr)