**Développement d’un outil pour la première prescription de benzodiazépines et Z-drugs**

**Pauline Van Ngoc, Paul Khalifé, Beatrice Scholtes**

**Unité de Recherche en Soins Primaires et Santé, Département de Médecine Générale, Université de Liège**

Les benzodiazépines et les Z-drugs (BZD/Z) sont largement prescrits en Belgique, souvent sur de longues périodes, en dépit des recommandations cliniques. Des études, tant en Belgique qu'à l'étranger, révèlent que de nombreux patients estiment ne pas être suffisamment informés des effets indésirables à court et long terme. Dans le cadre de ce projet, un dépliant a été co-développé avec des patients et des professionnels de la santé afin d'informer les patients des risques et des alternatives aux BZD/Z.

Pour créer cet outil, des entretiens semi-structurés ont été menés auprès d’utilisateurs de BZD/Z à long terme afin de recueillir les informations qu'ils auraient aimé recevoir avant de commencer leur traitement. Le contenu a ensuite été élaboré en trois étapes itératives, avec des retours fournis par des médecins généralistes, des spécialistes et des pharmaciens. Le texte final a été relu par un rédacteur professionnel. Concernant la conception visuelle, un graphiste a créé une première version du dépliant. Trois séries de révisions ont ensuite été organisées. À chaque étape, des entretiens ont été réalisés avec des généralistes, des pharmaciens et des patients pour obtenir leurs retours sur le contenu et la présentation. Lors de la dernière phase, seuls les patients ont été interrogés, en utilisant la méthode "think-aloud", où les participants verbalisaient leurs impressions sur la mise en page et le contenu du dépliant. Après chaque série de retours, le graphiste ajustait la conception en fonction des commentaires recueillis.

Cette méthode a permis de co-créer un dépliant imprimable en A4 recto-verso, plié en deux. La première page attire l'attention des patients souffrant de problèmes de sommeil et d'anxiété. L'intérieur présente des approches non pharmacologiques pour gérer ces troubles, tandis que la dernière page fournit des informations sur les BZD/Z et leurs risques, avec un espace où le médecin ou le pharmacien peut indiquer la date de début du traitement, la fin prévue et le prochain rendez-vous médical.

Cet outil a été conçu pour améliorer la transmission d'informations lors de la première prescription de BZD/Z, notamment en médecine générale et en pharmacie, en favorisant une prise de décision partagée et en responsabilisant les patients.