



Que penser de l'utilisation du tramadol pour traiter la douleur chronique ?

Le tramadol est un antidouleur opioïde, c'est-à-dire une substance qui agit sur les récepteurs opiacés du système nerveux central pour bloquer la transmission de la douleur. C'est une option quand la douleur reste trop intense malgré l'utilisation d'autres antidouleurs comme le paracétamol ou les anti-inflammatoires. Une étude a été publiée début octobre dans le BMJ Evidence-Based Medicine. Elle avait pour but d'évaluer l'efficacité et les risques de l'utilisation du tramadol pour des douleurs chroniques.

Le tramadol est depuis longtemps présenté comme un analgésique intermédiaire, moins addictif que la morphine mais plus puissant que les antidouleurs « classiques » comme le paracétamol ou les anti-inflammatoires (ibuprofène, diclofenac, naproxène, piroxicam,...). Il est autorisé pour le traitement des douleurs modérées à sévères, y compris les douleurs postopératoires et chroniques.

Les prescriptions ont fortement augmenté dans le monde entier ces dernières années.

Les chiffres de l'Organisation de coopération et de développement économiques (OCDE) publiés en mai 2019 montrent que la Belgique est, après l'Allemagne et l'Autriche, le troisième pays européen où la consommation journalière d'opioïdes, par million d'habitants, est la plus importante.

L'Institut national d'assurance maladie-invalidité (INAMI) a analysé la consommation, en Belgique, de cinq opioïdes (tramadol, tilidine, oxycodone, fentanyl, piritramide) qui représentent environ 80 % de l'usage total de tous les opioïdes remboursables. Entre 2006 et 2017, le nombre de patients ayant consommé au moins un de ces cinq opioïdes a augmenté de 88 %, atteignant 1.104.485 assurés soit environ 10 % de l'ensemble des Belges.

Malgré son utilisation répandue, les preuves étayant l'efficacité et la sécurité à long terme du tramadol dans le traitement de la douleur chronique sont limitées et divergentes.

L'étude publiée début octobre est la première revue systématique complète à évaluer le tramadol seul pour le traitement de la douleur chronique, offrant ainsi une vision plus large de l'efficacité et de la sécurité pour différents types de douleur.

L'analyse a porté sur 19 essais menés auprès de 6569 adultes. Cinq études ont examiné l'impact du tramadol sur la douleur neuropathique ; 9 se sont concentrées sur l'arthrose ; 4 ont examiné les lombalgies chroniques ; et une s'est concentrée sur la fibromyalgie. L'âge moyen des participants était de 56 ans et la durée des études variait de 4 à 16 semaines. L'intensité de la douleur était généralement évaluée à l'aide d'une échelle numérique de 0 à 10 (NRS), tandis que la fonction et la qualité de vie étaient mesurées à l'aide d'outils validés et remplis par les patients.

Les participants recevant du tramadol ont connu une réduction moyenne de la douleur de 0,9 point sur l'échelle NRS par rapport au placebo, une différence inférieure au seuil d'un point considéré comme cliniquement significatif. Environ 7 % de patients supplémentaires dans les groupes tramadol ont obtenu un soulagement notable de la douleur, mais les chercheurs ont déclaré que le bénéfice était modeste et incertain.

Les événements indésirables graves étaient deux fois plus fréquents chez les utilisateurs de tramadol, impliquant le plus souvent des complications

cardiaques (douleurs thoraciques, maladie coronarienne ou insuffisance cardiaque). Les effets secondaires non graves, notamment les nausées, les vertiges, la constipation et la somnolence, étaient fréquents et ont contribué à des taux d'abandon plus élevés chez les personnes recevant du tramadol.

Cette étude ne change pas le discours mais le renforce : la réputation du tramadol en tant qu'opioïde plus sûr ou particulièrement efficace est de plus en plus difficile à défendre.

Cette nouvelle analyse se distingue par son examen de l'utilisation du tramadol dans le traitement de diverses affections douloureuses chroniques, un domaine dans lequel les médecins ont souvent du mal à obtenir un soulagement significatif et durable. Les chercheurs ont pu mettre en évidence que le tramadol n'offre qu'un soulagement limité de la douleur tout en augmentant le risque d'effets secondaires graves.

Cette étude apporte une contribution importante même si les résultats doivent être interprétés avec prudence car il faut examiner l'ensemble des preuves concernant le tramadol et chaque fois tenir compte du profil de chaque patient.

Que peut-on retenir à propos de l'utilisation du tramadol pour soulager la douleur ?

- **Le tramadol est un antidouleur opioïde** : c'est une option quand la douleur reste trop intense malgré l'utilisation d'autres antidouleurs
- **L'efficacité du tramadol est très variable** selon les personnes et le type de douleur.
- **Il expose aux mêmes effets indésirables que les autres opioïdes** (dont la morphine) et à d'autres effets indésirables plus particuliers : de la somnolence, des nausées, de la constipation, de la dépendance, des troubles cardiaques.
- **Il est préférable de s'en tenir à la durée de traitement la plus courte possible** : son efficacité tend à diminuer avec le temps, ce qui peut inciter à augmenter les doses. Une dépendance peut s'installer, ce qui rend difficile l'arrêt du médicament.
- **Attention aux autres médicaments** : de nombreux médicaments augmentent les effets indésirables du tramadol, et d'autres diminuent son efficacité.

- **Eviter les activités qui nécessitent de la vigilance (par exemple la conduite d'un véhicule)** : le tramadol peut causer de la somnolence, des vertiges et une baisse soudaine de la pression artérielle, susceptibles de causer une chute.
- **Adapter son alimentation pour limiter les effets indésirables digestifs** : boire suffisamment et manger davantage de fruits, légumes et céréales complètes en cas de constipation. Faire des repas plus légers et plus fréquents en cas de nausées.
- **Certains effets indésirables sont graves** : signaler rapidement, au besoin à un service médical d'urgence, une rétention d'urine ou une difficulté à vider sa vessie, une somnolence excessive, une respiration faible avec parfois des arrêts plus ou moins longs de la respiration
- **Eviter autant que possible le tramadol en cas de grossesse et d'allaitement** : si une femme enceinte prend du tramadol, une surveillance médicale est justifiée pour limiter le risque d'effets indésirables chez l'enfant qu'elle porte.

Pour en savoir plus :

- Barakji JA, Maagaard M, Petersen JJ, et al Tramadol versus placebo for chronic pain: a systematic review with meta-analysis and trial sequential analysis BMJ Evidence-Based Medicine Published Online First: 07 October 2025. doi: 10.1136/bmjebm-2025-114101
- https://www.afmps.be/fr/news/flash_vig_news_abus_des_antalgiques_opioides_pour_un_usage_rationnel_des_opioides
- <https://www.inami.fgov.be/fr/publications/rapport-annuel-2017/themes/antidouleurs-notre-analyse-a-propos-de-l-usage-inquietant-de-5-opioides-hors-hospitalisation>
- La Revue Prescrire, Info-patients Tramadol, N°487 mai 2024
- <https://www.cbip.be/fr/chapters/9?frag=6619>

Pharmacie Square Lebie
81, avenue des Cerisiers
1030 Bruxelles
+32.2. 308.97.89
+32. 468.28.02.79
[*pharmacie@squarelebie.be*](mailto:pharmacie@squarelebie.be)