Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2014)
Heft: 62

Artikel: La tentation de l'automédication
Autor: Rapaz, Jean-Marc
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-831413

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

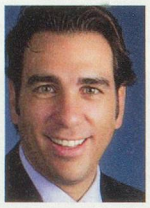
Download PDF: 13.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

La tentation de l'automédication

Qui parmi nous n'a jamais pioché dans sa pharmacie pour venir à bout d'un mal de tête ou d'un début de rhume? Soutenu par certains lobbys désireux de baisser les coûts de la santé, le fait de jouer à être son propre pharmacien n'est pourtant jamais dénué de tout danger.

Attention, un médicament n'est pas un bonbon! C'est ce que disent toutes les mamans du monde aux enfants. Mais cette recommandation devra-t-elle à l'avenir s'adresser aussi et de plus en plus aux adultes? La question n'est pas innocente à l'heure où des lobbys plaident pour plus d'automédication afin de diminuer les coûts de la santé. Ainsi, le Conseil national a adopté cet été la modification de la loi sur les produits thérapeutiques dont c'est un des principaux objectifs, puisqu'il s'agit notamment de donner plus de compétence aux pharmaciens qui pourraient prescrire des traitements aujourd'hui réservés aux médecins. «Clairement. Le but est de baisser la facture et de décharger les généralistes», reconnaît l'UDC vaudois Guy Parmelin, président de la commission de la Sécurité sociale et de la santé publique. Le projet doit maintenant passer au Conseil des Etats.



«Je dirais qu'une grande partie des visites chez les généralistes ne sont pas indispensables»

Michele Borri, membre de l'ASSGP

En attendant, là où certains voient un gisement d'économies sans gros péril, «en tout cas pour des produits connus depuis longtemps», médecins et pharmaciens préviennent: même des traitements aux allures bien innocentes recèlent des pièges, surtout chez les personnes polymédiquées… comme souvent les seniors.

«Ce n'est pas parce qu'ils sont en vente libre qu'ils sont dénués de tout danger, rappelle ainsi Jules Desmeules, pharmacologue-toxicologue aux Hôpitaux universitaires genevois. Prenez certains anti-inflammatoires courants, ils ont des effets sur les reins et la tension artérielle. Quand on sait que la fonction rénale diminue avec l'âge, sans même parler d'éventuels problèmes cardiaques…» Et le médecin de citer aussi l'exemple du NeoCitran®, ce bête traitement contre le rhume ou les états grippaux, qu'il faudrait manier avec prudence lorsqu'on est hypertendu et sous traitement, les effets de l'un annulant alors les bénéfices de l'autre.

14 %

des somnifères en Suisse seraient pris en automédication!

Des points de vue très opposés

Ce qui nous ramène à la question de fond? Faut-il promouvoir l'automédication ou s'en méfier comme du Diable. Quelques chiffres pour tenter de s'y retrouver. Ils sont évidemment à prendre avec des pincettes sur un dossier aussi sensible. D'autant plus que beaucoup rechignent à dévoiler le contenu de leur armoire à pharmacie et à avouer consommer régulièrement des pilules. En France voisine où l'on est plus prompt à dégainer des statistiques, on sait toutefois que la vente de médicaments sans ordonnance a progressé de 3,2% en 2013. Et en Suisse? Selon l'ASSGP (l'Association suisse des spécialités pharmaceutiques grand public), la part correspond à 17,4% du marché global hors hôpital!

Pour autant, l'automédication gagne-t-elle du terrain?

Pourquoi aller chez le médecin et engendrer des frais quand on a des médicaments à la maison? Nous sommes beaucoup à tenir ce genre de raisonnement sans soupçonner qu'il y parfois un danger à pratiquer en solitaire.

StockLite

«Si je regarde globalement les chiffres sur les dix dernières années, ils sont stables. Après, c'est vrai, nous dépendons aussi des flux saisonniers. L'hiver dernier, par exemple, a été très doux. Il y a sans doute eu moins de grippes», constate Michele Borri, membre de l'ASSGP. En toute logique, cette dernière plaide pour plus d'automédication afin de diminuer les coûts de la santé. «Je dirais qu'une grande partie des visites chez les généralistes ne sont pas indispensables et peuvent être remplacées par un bon diagnostic chez le pharmacien», poursuit –il en mettant en avant une étude prenant pour hypothèse une substitution de 5% des médicaments sur ordon-

nance par des produits en vente libre. Le résultat serait un potentiel d'économies de 320 millions de francs. Reste que du côté des généralistes, on ne partage pas forcément cet avis. Sébastien Jotterand, président de l'association vaudoise des médecins de famille estime que la part de consultations inappropriées ne dépasse pas 1%! «Quand le patient vient pour une petite chose, s'il n'a pas de fièvre, on cherche toujours la raison masquée et pourtant reconnue de sa venue.»

En tant qu'homme de terrain, il reconnaît avoir vu un nombre important de situations hallucinantes au niveau de la pharmacie personnelle des gens. «Je m'occupe notamment de courts séjours en EMS. On voit des gens arriver avec les médicaments de leur domicile, ceux reçus lors de leur séjour à l'hôpital sans compter ceux apportés par le conjoint. De quoi remplir un bac entier!»

Un pharmacien de famille

Entre le simple bon sens et la tentation de peindre le Diable sur la muraille, y a-t-il un juste milieu? Finalement, prendre une aspirine contre un mal de tête, pourquoi pas, même si c'est déconseillé lorsqu'on prend déjà un médicament pour fluidifier le sang? C'est peut-être là que les uns et les autres se rejoignent en mettant en avant le rôle capital du pharmacien. «A lui de tirer la sonnette, d'être le point de contrôle, insiste Michele Borri. Dans un monde idéal, chacun devrait avoir en permanence son dossier médical sur lui afin que le responsable d'une officine puisse vérifier les éventuelles contre-indications et interactions.»

Devenir un pharmacien de famille? Ce rôle convient à Christian Repond, président des pharmaciens du canton de Fribourg. En préambule, lui aussi déplore la banalisation faite aujourd'hui autour de certains médicaments. «Ils n'ont jamais été aussi puissants et efficaces qu'aujourd'hui. Autant dire que les effets secondaires peuvent aussi l'être! Avant de prendre un médicament, il faut toujours être conseillé, le mieux étant de rester fidèle effectivement à un pharmacien qui connaîtra tout de vos traitements. Je ne donnerai pas d'aspirine® à un asthmatique, il risquerait une crise. Ni à une personne prenant du Sintron® sans adaptation de dose, sinon le risque est grand de faire une hémorragie.» Bref, se faire conseiller par un spécialiste paraît aujourd'hui plus essentiel que jamais. Pour preuve, ce chiffre qui nous vient de Belgique où chaque année près de 130 000 hospitalisations sont dues à des accidents médicamenteux!

Le pharmacien devrait donc voir son rôle valorisé. Si le projet de loi sur les produits thérapeutiques reçoit l'aval des Etats, cela lui permettrait la vente sans ordonnance d'un certain nombre de médicaments: Ponstan®, Aspégic® et Dafalgan® 1000 ainsi que certains analgésiques. L'avenir dira si c'est une bonne idée.

Jean-Marc Rapaz.

«Les médicaments n'ont jamais été aussi puissants et efficaces qu'aujourd'hui.»

Christian Repond, pharmacien

Internet: «La pire des âneries!»

Médecin ou pharmacien, qu'importe si le conseil est de qualité. Reste qu'aujourd'hui, bon nombre de gens ont trouvé une troisième voie en commandant leurs pilules directement sur internet. De quoi inquiéter le Fribourgeois Christian Repond: «C'est la pire des âneries. Quand vous commandez en ligne, le risque est grand de recevoir des contrefaçons pouvant engendrer des effets toxiques graves. Des contrôles effectués aux douanes suisses portant sur des tisanes amaigrissantes, Viagra® ou autres anabolisants ont montré jusqu'à 80 % de faux médicaments.» Et le Dr Jules Desmeules de citer l'exemple de traitements «phytosanté» supposés aider au sommeil. «Le problème, c'est que s'il s'agissait bien de produits naturels à l'intérieur, l'enrobage, lui était imprégné de barbituriques!»

Lisa S.

→SUR LE SITE

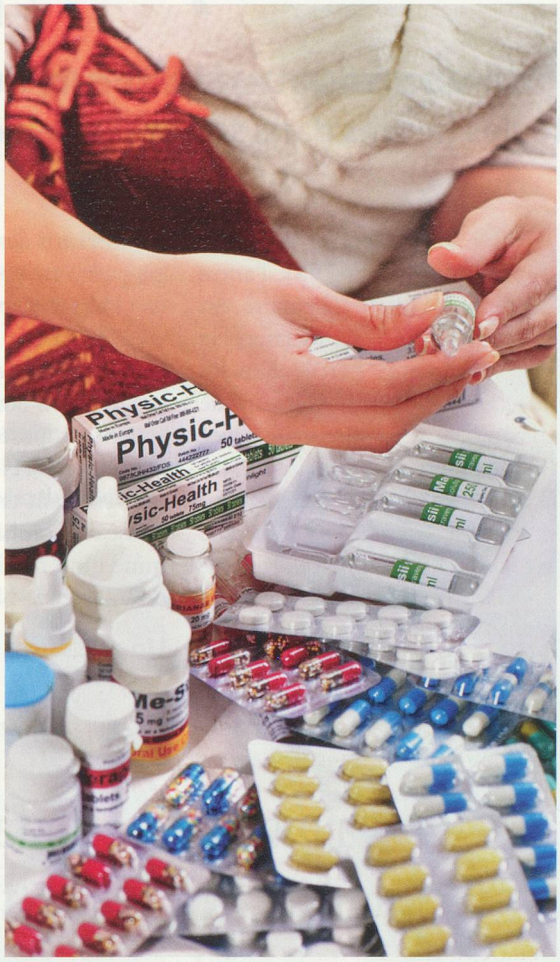
Débat: et vous, vous vous automédiquez? Rendez-vous sur notre forum.

«Je le fais par **manque de temps**»

Agée de 53 ans, Véronique* est une femme dynamique et active. Elle pratique l'automédication avec conviction et confiance. «En fait, je soigne mes douleurs comme rhumatismes, douleurs cervicales et autres arthrose et névralgies. Je le fais par manque de temps pour aller consulter et parce qu'en général mon autotraitement fonctionne! Si je souffre d'une douleur hyperforte (par exemple nuque, épaule, bras), je tape exactement cela sur Google et je peux alors faire mon diagnostic et me soigner, afin d'atténuer ou même d'éradiquer la douleur.»

Si elle joue à être son propre docteur, Véronique reconnaît avoir aussi joué les infirmières pour des proches. «Oui, il m'arrive de donner 1/2 somnifère à un collègue qui a de temps en temps des insomnies, de l'aspirine si on me la demande, mais je préfère conseiller et donner du paracétamol. Je suis adepte des patchs antidouleurs et j'en applique quelques fois sur le dos de ma collègue. J'ai également donné un médicament antireflux gastro-intestinal.» N'a-t-elle jamais eu peur de faire une «bêtise»? «Je connais bien les quelques médicaments de base qui sont toujours dans ma trousse de secours... dans mon sac à main. D'une part, en relisant ponctuellement les notices et d'autre part, je me documente aussi beaucoup sur internet. Les revues des différentes pharmacies sont également une source d'informations. Et à ce jour, je n'ai fait aucune mauvaise expérience!»

J.-M.R.



Poznyakov

Des médicaments dont il faut se méfier

ANTALGIQUES Les produits à base de paracétamol peuvent être nocifs pour le foie en cas de surdosage. Ainsi, le Dafalgan® est la première cause de transplantation hépatique aux Etats-Unis. A relever que les doses maximales quotidiennes prescrites ont été revues à la baisse. Alors que 4g étaient autorisés, on parle aujourd'hui de 2g, voire moins pour les seniors dont la fonction rénale a tendance à diminuer avec les années. Le problème, c'est que ces médicaments sont très prisés par les seniors en raison des douleurs dues notamment à l'arthrose et aux atteintes rhumatismales (idem pour les anti-inflammatoires). On sait que 45 % de la population suisse en consomme sans avis médical. Une proportion qui tomberait toutefois à 15 % chez les plus de 70 ans.

SOMNIFÈRES Des réactions paradoxales sont toujours possibles. Selon une enquête de la Confédération en 2007, on sait que 5 % de la population prend un somnifère au moins une fois par semaine et que la consommation augmente chez les personnes d'un âge avancé. Toujours selon cette étude, 14 % des somnifères en Suisse seraient pris en automédication! Qu'ils s'agissent de calmants, de somnifères, toujours, ou d'antalgiques, il apparaît que les femmes ont plus recours à l'automédication que les hommes (20 % contre 13 %.)

ANTI-INFLAMMATOIRES Ils peuvent causer des dommages aux niveaux gastro-intestinal, cardiovasculaire et rénal. Et les interactions avec d'autres types de médicaments sont importantes.

VIAGRA® il peut provoquer des chutes de tension, des malaises.