

Atelier

du

Médicament



Le bon usage des
produits de santé
Remis Patient

L'ATELIER DU
MÉDICAMENT

“Bien utiliser les médicaments
anti-douleur (antalgiques)
au quotidien”





Travaux issus du groupe d'experts suivant : L Carton (1); L Grange (2); J Giraud (3); DR Bertholon (4); P Claudepierre (5); L Gossec (6); JN Dachicourt (7);

(1) *Vice Présidente, Aflar, Paris;* (2) *Président, Aflar, Paris;* (3) *Associations de Patients, Empatient, Paris;* (4) *Directeur, Empatient, Paris;* (5) *Service de Rhumatologie, C.H.U. Henri Mondor, Créteil;* (6) *Service de Rhumatologie, C.H.U Pitié-Salpêtrière, Paris;* (7) *Directeur, Aflar, Paris.*

1 - Messages Clefs à retenir

- **Commencer un traitement anti-douleur avant d'avoir mal/dès le début de la manifestation douloureuse**

Plus la douleur est installée, plus il est difficile de s'en débarrasser.

- **Eviter le surdosage**

Le risque d'effet indésirable augmente avec la dose. Par exemple, un surdosage en paracétamol est très toxique pour le foie, tandis qu'un surdosage en médicament opioïde peut entraîner de grandes difficultés respiratoires. Respectez les doses prescrites.

- **Repérer le paracétamol caché**

De nombreux médicaments contiennent du paracétamol. Pour ne pas atteindre les doses toxiques de paracétamol (3 à 4 grs par jour maximum), vérifiez la composition des médicaments que vous prenez.

- **Alterner le paracétamol et les anti-inflammatoires non-stéroïdiens (AINS)**

Si la douleur revient avant l'heure de votre prochaine prise de paracétamol, prenez un AINS (si absence de contre indication).

- **Adapter ses activités à son traitement**

Faites attention aux pictogrammes d'information concernant la conduite et l'utilisation de machines, que vous trouverez sur la boîte du médicament. Une personne qui vient de recevoir un opiacé ne peut pas conduire une auto. Le risque de faire un accident est de 2 à 5 fois plus élevé qu'en temps normal. Le médicament a des effets importants : il réduit la vigilance, les capacités de jugement et la concentration. Il cause aussi de la somnolence et crée une certaine euphorie. Demandez à un parent ou un ami de vous raccompagner en auto, en transport en commun, en taxi ou à pied. Si vous n'avez pas d'accompagnateur, vous pouvez prendre un taxi ou rester un peu plus longtemps dans la salle d'attente avant de retourner chez vous.

2 - Bien observez la boîte du médicament

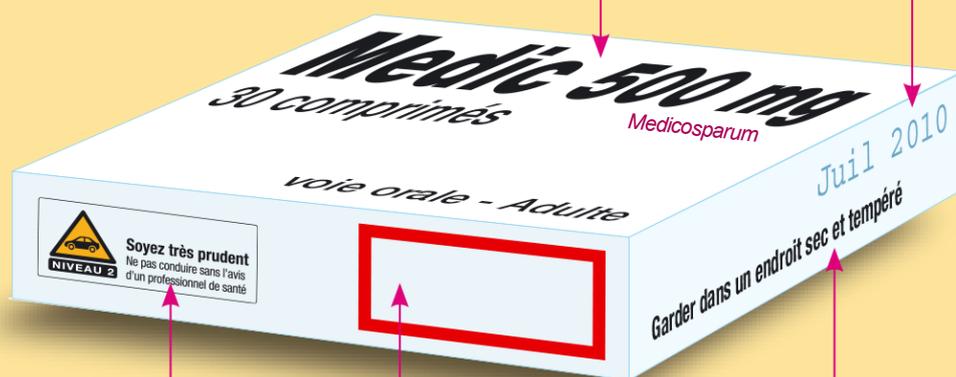
Certaines informations importantes figurent aussi sur la boîte extérieure qui, de plus, assure l'identification et la protection du médicament : c'est pourquoi vous devez conserver le médicament et sa notice dans la boîte d'origine (il est également nécessaire de lire attentivement les mentions figurant sur le conditionnement en contact direct avec le médicament : plaquette ou film aluminium, emballage plastique, étiquette des ampoules...).

Nom du médicament

Il est toujours accompagné du nom de la substance active, encore appelée DCI (dénomination commune internationale). **NB : si votre médicament est un générique, son nom est souvent identique au nom de la substance active.** Le nom du médicament est également accompagné du dosage (quantité de substance active par unité de prise) ; si le dosage est adapté à un usage pédiatrique, il est précisé qu'il s'agit d'un médicament indiqué pour l'enfant ou le nourrisson.

Date de péremption

Au-delà de cette date, vous ne devez plus consommer les médicaments mais les rapporter à votre pharmacien. Attention, certains médicaments ne se conservent que quelques jours après ouverture.



Pictogrammes

Ce sont des alertes visuelles indiquant que :

- si vous devez conduire, ce médicament peut présenter des risques. Les couleurs précisent le niveau de risque et l'attitude à adopter
- vous devez éviter de vous exposer au soleil.

Dans tous les cas, la lecture de la notice vous donnera des informations complémentaires.

Conditions de délivrance

La présence d'un cadre rouge ou vert indique que le médicament ne peut être délivré que sur ordonnance ; lorsque vous ne voyez pas de cadre, cela signifie que le médicament peut être délivré sans ordonnance.

Conditions de conservation

Sont indiquées les conditions éventuelles de température et de luminosité auxquelles vous devez conserver votre médicament.

Demandez conseil à votre médecin, à votre pharmacien ou votre médecin traitant. En cas de doute, ils sont ceux qui vous renseigneront le mieux. Connectez vous sur : www.medicaments.gouv.fr

En cas d'intoxication, consultez le site : www.centres-antipoison.net



3 - Liste des médicaments et classes thérapeutiques

À titre d'exemple (liste non exhaustive) :

TRAITEMENTS ANTI-DOULEURS			TRAITEMENTS ANTI-INFLAMMATOIRES	
Non opioïdes	Opioides	Paracétamol + opioïde	Non stéroïdiens (AINS)	Stéroïdiens (Corticoïdes)
Paracétamol (Doliprane®, Efferalgan®, Dafalgan®, Claradol®, Paralyoc® etc.)	Dihydrocodéine (Dicodin®)	Paracétamol + codéine (Codoliprane®, Efferalgan codéiné®, Dafalgan codéiné®, Claradol Codéiné®, Algicalm®, etc.)	Acide acétylsalicylique (Aspirine®, Aspro®, Alka® Seltzer®, etc.)	Prednisolone (Solupred®)
Floctafénine (Idarac®)	Tramadol (Contramal®, Topalgic®, etc.)	Paracétamol + tramadol (Ixprim®, Zaldiar®)	Acétylsalicylate de lysine (Aspégic®)	Prednisone (Cortancyl®)
	Morphine (Actiskenan®, Moscontin®, Skenan®, etc.)	Paracétamol + codéine + caféine (Migralgine®, Prontalgine®)	Ibuprofène (Advil®, Brufen®, Intralgis®, Nureflex®, Nurofen®, Spedifen®, Upfen®, etc.)	
	Fentanyl (Durogesic®, Actiq®, etc.)	Paracétamol + opium + caféine (Lamaline®)	Diclofénac (Voltaren®)	
			Acide Niflumique (Nifluril®)	
			Acide Tiaprofénique (Surgam®)	
			Kétoprofène (Biprofenid®, Profénid®, Toprec®)	
			Naproxène (Apranax®)	
			Piroxicam (Feldène®)	

4 - Pour en savoir plus :

- **Documents de l'ANSM (disponibles auprès de l'AFLAR) :**

Toujours lire la notice de votre médicament
Médicaments & conduite automobile
L'Ibuprofène en bref
Médicaments & contrefaçon

- **Formulaire de déclaration des effets indésirables de l'ANSM :**

<http://ansm.sante.fr/Declarer-un-effet-indesirable/>

- **Liens utiles :**

www.medicaments.gouv.fr
www.ameli.fr
www.aflar.org

<http://ansm.sante.fr/>
www.eurekasante.fr
www.rhumatismes.net

Les ateliers du médicament de l'AFLAR ont été lauréat de l'appel à projet 2012 et ont reçu un soutien financier de l'ANSM.

Retrouvez tous les outils de ces ateliers et la vidéo d'animation sur le site : <http://www.ateliersdumedicament.org>

Avec le soutien de :

ansm

Agence nationale de sécurité du médicament et des produits de santé