



## Semaine de la sécurité du patient 21 au 25 novembre 2011

### QUIZ sur le bon usage du médicament

#### 1 - *Quel est le meilleur endroit pour conserver ses médicaments à la maison ?*

De façon générale, les médicaments doivent être conservés dans un endroit à l'abri de l'humidité, à l'abri d'une lumière directe, à l'abri du gel ou d'une chaleur excessive et hors de la portée des enfants.

Il est déconseillé de mettre l'armoire à pharmacie dans la salle de bain, en raison de l'humidité de cette pièce.

Certains médicaments peuvent toutefois nécessiter des conditions particulières de conservation (au réfrigérateur par exemple).

Les renseignements sont inscrits sur la notice. En cas de doute, consultez votre pharmacien.

#### 2 - *Une personne de mon entourage à des symptômes proches de ceux que j'ai ressentis. Est-ce que je peux lui proposer mon traitement ?*

Non. Certaines personnes peuvent être tentées de proposer leur médicament à leur entourage ou leur recommander certains produits en vente libre. Il faut savoir que **l'effet ou les risques d'un médicament peuvent varier d'une personne à l'autre** selon notamment l'âge, le sexe, le poids, l'état de santé et un éventuel autre traitement en cours. Il est donc préférable de se renseigner auprès de son médecin, de son pharmacien ou de son infirmière avant de faire usage d'un médicament.

#### 3 - *Il est important de garder sur soi la liste de ses médicaments, que doit-elle comprendre ?*

Assurez-vous d'avoir toujours une **liste complète et à jour** des médicaments que vous prenez. Elle doit inclure vos médicaments prescrits par votre médecin, ceux de vente libre, ainsi que vos vitamines et suppléments alimentaire, comme le jus de pamplemousse, le millepertuis. Ajoutez-y vos allergies médicamenteuses.

#### 4 - *Les renseignements sur les médicaments que je trouve sur internet sont-ils sûrs ?*

Non, elles ne sont pas toujours fiables ou adaptées à votre état de santé. Assurez-vous que les renseignements proviennent d'une **source fiable et reconnue**, par exemple, d'un ordre professionnel ou d'une société savante reconnue. Sachez que pour obtenir des renseignements appropriés, la meilleure solution reste l'échange direct avec un professionnel de santé.

#### 5 - *Combien de temps puis-je conserver un sirop après son ouverture ?*

Le temps de conservation après ouverture est marqué sur l'emballage du médicament ou la notice. Il est généralement de 2 mois pour les sirops, et de 6 à 12 mois pour les crèmes et pommades. Attention, il existe des poudres à reconstituer sous forme de sirop juste avant utilisation, et qui, une fois reconstituées se conservent au réfrigérateur quelques jours seulement. Il est important de se référer à la notice. **Il est important de conserver l'emballage d'origine et d'y noter la date d'ouverture.**

**6 - Lors d'un repas chez des amis, on vous offre de prendre de l'alcool alors que vous venez de prendre votre médicament, que faites-vous ?**

**L'alcool et les médicaments ne font pas bon ménage.**

L'alcool peut soit augmenter, soit diminuer les effets thérapeutiques de certains médicaments.

**7 - Vous présentez un effet indésirable qui n'apparaît pas sur la notice, que faites-vous ?**

Lors de la survenue de tout effet indésirable, prévenez votre médecin ou pharmacien, afin qu'ils puissent vous donner la conduite à tenir. Ne prenez pas seul la décision d'arrêter votre traitement.

**8 - Vous devez administrer un médicament sous forme liquide à un enfant, comment faites-vous ?**

Assurez-vous de toujours bien comprendre le traitement de votre enfant et la façon de bien l'administrer, auprès de votre pharmacien lors de la délivrance du produit. Si vous devez mesurer une dose d'un médicament sous forme liquide, il est préférable de n'utiliser que l'instrument gradué fourni le plus souvent avec le médicament.

**9 - Votre médecin vous prescrit depuis longtemps un médicament pour une maladie chronique. Vous oubliez de le prendre, que faites-vous ?**

Regardez dans la notice du médicament la conduite à tenir en cas d'oubli. De façon générale, ne doublez pas la prise suivante sans un avis médical. En cas de doute, contactez votre médecin ou votre pharmacien.

**10 - Puis-je m'exposer au soleil, malgré mon traitement ?**

De nombreux médicaments sont dits photosensibilisants. Ils sont responsables d'une réaction anormalement exagérée de la peau à une exposition au soleil, se traduisant par une brûlure type coup de soleil classique mais d'intensité disproportionnée par rapport à l'exposition.

Il est important de lire la notice de votre médicament afin de savoir si l'exposition au soleil est autorisée ou non.

Si votre médicament s'avère être photosensibilisant, il sera recommandé de porter des vêtements longs, d'éviter l'exposition au soleil ou aux UV et d'utiliser une crème solaire à fort indice de protection.

**11 - Savez-vous lesquels de vos médicaments doivent être pris pendant ou dehors des repas ?**

Les médicaments doivent être pris soit à jeun, soit avant, pendant ou en fin de repas. Quelques médicaments sont contre-indiqués avec certains aliments, comme les produits laitiers ou le jus de pamplemousse. Il est important de le savoir afin d'améliorer l'efficacité et/ou la tolérance du traitement. Se référer à la notice, et en cas de doute, demandez conseil à votre pharmacien.

## **Les médicaments sont utiles mais ne sont pas sans danger**

Pour de plus amples renseignements, nous vous invitons à consulter :

<http://www.afssaps.fr>

<http://www.has-sante.fr>

<http://www.e-cancer.fr>

