



Fiche 18

Le bon usage des médicaments

Le médicament contient des substances actives qui ont des effets sur votre organisme. Il est là pour vous soigner, mais s'il est mal utilisé, il peut être dangereux. Se sensibiliser au bon usage des médicaments et adopter un comportement éclairé et responsable vis-à-vis de la prise de vos médicaments est primordial.

Bien utiliser le médicament implique :

- de le connaître : quel est son nom, pourquoi vous a-t-il été prescrit, à quelle posologie, comment doit-il être conservé... ;
- d'en parler : demander des renseignements au professionnel de santé, signaler ses effets à votre médecin ou à votre pharmacien.

Il est de la responsabilité de chacun de respecter les conseils des professionnels de santé et de lire la notice avant de commencer à prendre un médicament.

Qu'est-ce que l'automédication ?

L'automédication consiste à utiliser un médicament pour vous ou vos proches de votre propre initiative en dehors d'une prescription médicale.

Est-il risqué de pratiquer l'automédication ?

L'automédication peut comporter des risques (surdosage par exemple) si elle est pratiquée sans connaissance du médicament. Les pharmaciens jouent un rôle clé en vous apportant leur aide, des conseils et informations pour une pratique sans risque de l'automédication. Lisez les notices et conservez-les avec le médicament dans sa boîte.

Qu'appelle-t-on « iatrogénie médicamenteuse » ?

Elle correspond à la pathologie ou toute manifestation clinique indésirable pour le patient induite par l'administration d'un ou de plusieurs médicaments.

Parmi les pathologies iatrogènes, certaines sont inhérentes à l'usage des médicaments dans les conditions normales d'emploi et donc inévitables.

D'autres, en revanche, sont évitables, car elles résultent d'une utilisation des médicaments non conforme aux indications et recommandations.

Il ne faut pas ignorer qu'il existe une part inévitable d'effets indésirables pour chaque médicament et qu'un patient, surtout s'il est âgé et soumis à un traitement associant plusieurs médicaments, est particulièrement exposé aux pathologies iatrogènes.

Qu'est-ce qu'un effet indésirable ?

Il s'agit d'une réaction nocive et non voulue, se produisant aux posologies normalement utilisées chez l'homme pour la prophylaxie, le diagnostic ou le traitement d'une maladie ou pour la restauration, la correction ou la modification d'une fonction physiologique, ou résultant d'un mésusage du médicament ou produit.

Que faire si vous constatez un effet indésirable ?

Il est important de le signaler à votre médecin ou à votre pharmacien qui prendra, le cas échéant, la décision d'en informer les autorités de santé. Il vous donnera la conduite à tenir pour votre traitement. Les patients ou leurs représentants (dans le cas d'un enfant, les parents par exemple), les associations de patients peuvent déclarer les effets indésirables que le patient ou son entourage suspecte d'être liés à l'utilisation d'un ou de plusieurs médicaments auprès de l'Agence nationale de sécurité du médicaments ou des produits de santé (ANSM). Vous pouvez soit compléter le formulaire en ligne sur le site de l'ANSM (le formulaire de signalement-patient d'effets indésirables susceptibles d'être liés à un médicament en s'aidant du [guide d'utilisation](#)), soit en informer directement le centre régional de pharmacovigilance (CRPV) dont vous dépendez géographiquement.

Les patients et associations de patients peuvent déclarer directement un effet indésirable lié à un médicament, sans passer par un professionnel de santé.



Qu'est-ce qu'une erreur médicamenteuse ?

L'erreur médicamenteuse est l'omission ou la réalisation non intentionnelle d'un acte survenu au cours du processus de soins impliquant un médicament, qui peut être à l'origine d'un risque ou d'un événement indésirable pour le patient. Vous trouverez toutes les informations sur le site Internet de l'ANSM.

Quels est le rôle des professionnels de santé ?

● Le médecin

Le médecin a un rôle essentiel dans le rapport que chacun entretient avec le médicament. La consultation est un moment privilégié pour échanger sur votre traitement. C'est à l'occasion de ces consultations qu'il vous interrogera sur vos traitements, votre régularité dans le suivi de ceux-ci et vos éventuelles automédications.

● Le pharmacien

Son rôle est important non seulement par la dispensation du médicament et des produits de santé, mais aussi dans le domaine de la prévention (tabac, alcoolisme, contraception...), du conseil et de la formation des patients au bon usage du médicament.

Autodiagnostic et automédication : quels sont les risques de se soigner seul ?

Il faut être vigilant quant à l'information que l'on trouve sur Internet. Aucun conseil de patient sur un forum, aucun diagnostic proposé par un ami ne peut remplacer la prescription d'un médecin ou le conseil d'un pharmacien.

Ne reprenez pas de vous-même ce qui vous a été prescrit auparavant sans consulter votre médecin.

Comment éviter les interactions entre médicaments et celles avec certains aliments ?

Deux médicaments utilisés simultanément peuvent parfois modifier leur efficacité ou entraîner une toxicité. Il est ainsi nécessaire de signaler aux professionnels que vous rencontrez tous les médicaments que vous utilisez (pensez par exemple à la pilule contraceptive ou au somnifère), y compris ceux que vous prenez sans ordonnance et ceux que vous avez arrêtés.

Certains aliments peuvent également interagir avec votre traitement (exemples : jus de pamplemousse qui augmente l'absorption de certains médicaments, aliments riches en vitamine K qui peuvent diminuer l'efficacité de certains médicaments anticoagulants).

Conseils utiles

- soyez attentif aux conseils que vous donne le pharmacien sur le bon usage du médicament (comment l'utiliser, le conserver, ses effets...);
- notez par écrit si besoin les réponses aux questions que vous vous posez ;
- faites-vous éventuellement accompagner par un proche qui pourra vous aider à bien comprendre ce que le médecin vous dit et à mieux vous en souvenir ;
- apportez vos ordonnances à jour et vos résultats de laboratoire lors de vos visites chez le médecin ou en cas d'hospitalisation ;
- munissez-vous de la liste de TOUS les médicaments que vous prenez quotidiennement et/ou régulièrement lors de vos visites chez le médecin ou en cas d'hospitalisation.



Avant d'utiliser un médicament, lisez toujours la notice et conservez-la à l'intérieur de la boîte avec le médicament. En cas de doute ou de persistance des symptômes, demandez l'avis d'un professionnel de santé. Indiquez aux professionnels de santé qui vous entourent les effets indésirables que vous avez ressentis (exemples : « j'ai une allergie avec cette crème », « je ne me sens pas bien depuis que j'ai pris ce médicament »).

En savoir plus

Sites Internet

- Déclarer un effet indésirable d'un médicament
- Les assises du médicament
- La sécurité du médicament à l'hôpital
- Les recommandations de la HAS sur l'usage des médicaments
- La prise de médicaments pendant la grossesse
- Le site de l'Agence nationale de sécurité du médicament
- Le site du Défenseur des droits
- L'espace droits des usagers de la santé