

# LE BON REMÈDE



Annelies Vanderlinden

# LE BON REMÈDE

100 questions à son pharmacien



*Racine*

[www.racine.be](http://www.racine.be)

Enregistrez-vous sur notre site internet et nous vous enverrons régulièrement une lettre d'information sur nos nouvelles publications ainsi que d'intéressantes offres exclusives.

**Couverture et mise en page :**

Studio Lannoo (Mieke Verloigne)

Traduit du néerlandais par Kalamos Communications (Michel Perquy)

© Annelies Vanderlinden et Éditions Lannoo s.a., Tielt, 2022

D/2022/6852/22 - ISBN 978 23 902 5191 0 - NUR 860

Tous droits réservés. Aucune partie du présent ouvrage ne peut être copiée, sauvegardée dans un fichier de données automatisé ou rendue publique, sous quelque forme ou de quelque manière que ce soit, électronique, mécanique ou sous toute autre forme, sans l'autorisation écrite préalable de l'éditeur.

# TABLE DES MATIÈRES

## 1 + La pharmacie

- |   |  |    |
|---|--|----|
| 1 | Que fait un pharmacien?                                      | 11 |
| 2 | Que peut-on acheter en pharmacie?                            | 13 |
| 3 | Qu'est-ce qu'un médicament contient et pourquoi?             | 14 |
| 4 | Qu'arrive-t-il au médicament une fois qu'il a été ingurgité? | 17 |

## 2 + La consommation de médicaments

- |    |  |    |
|----|--|----|
| 5  | Pourquoi un médicament se présente-t-il sous forme de sirop et d'autres sous forme de cachet, comprimé ou capsule? | 20 |
| 6  | Faut-il boire pour avaler une pilule?  | 21 |
| 7  | Peut-on boire autre chose que de l'eau pour avaler une pilule?   | 23 |
| 8  | Que faire quand on a du mal à avaler une pilule?   | 24 |
| 9  | Peut-on toujours écraser ou casser un médicament en morceaux?  | 25 |
| 10 | Pourquoi faut-il prendre certains médicaments avec le repas?   | 27 |
| 11 | Est-ce que le moment de la prise d'un médicament joue un rôle?   | 28 |
| 12 | Quelle est la quantité exacte d'un médicament?   | 30 |
| 13 | Combien de temps peut-on continuer à prendre un médicament?  | 31 |
| 14 | Peut-on arrêter de prendre un médicament si on ne constate aucun effet?  | 32 |
| 15 | Combien de temps faut-il laisser entre deux doses?   | 33 |
| 16 | Que faire si on oublie de prendre une dose?  | 35 |
| 17 | Faut-il toujours finir une boîte d'antibiotiques?  | 37 |

## 3 + La grossesse et les enfants

- |    |   |    |
|----|---|----|
| 18 | Est-ce que des médicaments peuvent avoir un impact sur la fécondité?            | 38 |
| 19 | Pourquoi ne peut-on pas prendre n'importe quel médicament pendant la grossesse? | 40 |

20	Est-il nécessaire de prendre des vitamines supplémentaires pendant la grossesse?	41
21	Peut-on prendre n'importe quel médicament pendant l'allaitement?	42
22	Est-ce que les médicaments pour enfants sont une question de marketing?	43
23	Pourquoi les médicaments pour enfants ont-ils toujours meilleur goût que ceux pour adultes?	44
24	Est-il souhaitable de donner des vitamines supplémentaires à son enfant?	45
25	Est-ce qu'il est dangereux qu'un enfant ait avalé d'un seul coup plusieurs vitamines pour enfants?	46
26	Comment éviter qu'un enfant ne prenne un médicament par accident?	47
27	Est-ce qu'un antidouleur suffit quand un enfant se plaint de douleurs au ventre?	48
28	Est-ce indiqué de donner sur-le-champ un antipyrétique quand un enfant a de la fièvre?	49
29	Est-ce indiqué de donner sur-le-champ un sirop contre la toux quand un enfant tousse?	50
30	Vaut-il mieux donner un sirop antalgique qu'un suppositoire à un enfant?	52
31	Que faire si la notice recommande un autre dosage pour l'enfant que le médecin?	53
32	Quel est le bon désinfectant pour un enfant?	54
33	Est-il conseillé d'utiliser des pansements adhésifs pour enfants en cas de blessure chez l'enfant?	55
34	Comment administrer un traitement à l'aérosol à un enfant?	57

#### 4+ L'armoire à pharmacie familiale

35	Est-il nécessaire d'avoir une armoire à pharmacie familiale?	58
36	Qu'est-ce qui est indispensable dans une pharmacie familiale?	59
37	Comment organiser le mieux possible une pharmacie familiale?	62
38	Dans quel endroit garder une pharmacie familiale?	63
39	Est-ce qu'un médicament a encore de l'effet si on l'a mal conservé?	64
40	À quel endroit dans le frigidaire vaut-il le mieux conserver des médicaments?	65
41	Peut-on passer ses médicaments à quelqu'un d'autre?	66

42	Peut-on encore utiliser des médicaments ou des désinfectants périmés?	67
43	Peut-on jeter des médicaments périmés avec les ordures ménagères?	69
44	Peut-on encore utiliser des compresses stériles périmées?	70
45	Quand faut-il appliquer des compresses chaudes et des froides?	70
46	Quelle est la meilleure méthode pour appliquer un bandage?	71
47	Quelles sortes de pansements adhésifs ont leur place dans la pharmacie familiale?	72
48	Est-ce qu'une plaie guérit mieux si on ne la recouvre pas?	74
49	Quels antidouleurs vaut-il mieux avoir toujours à la maison?	76
50	Est-ce que les pastilles pour la gorge sont le seul remède contre le mal de gorge?	77
51	Pourquoi la plupart des médicaments contre la nausée ou les anti-vomitifs ne sont-ils pas en vente libre?	78
52	Est-ce que le loperamide (Imodium et Transityl) est la meilleure option quand on souffre de diarrhée?	80
53	Faut-il réprimer la toux le plus vite possible pour éviter qu'elle ne devienne chronique?	82

## **5 + La trousse à pharmacie de voyage**

54	Qu'est-ce qui est indispensable dans une pharmacie de voyage?	83
55	Quels vaccins et médicaments faut-il prévoir avant le départ?	84
56	Est-il autorisé d'emporter tout un stock de médicaments en vacances?	86
57	À quoi faut-il faire attention quand on voyage pendant la grossesse?	87
58	À quoi faut-il faire attention quand on voyage en étant diabétique?	89
59	Comment voyager avec des médicaments qui doivent être gardés au frais?	90
60	Existe-t-il des remèdes contre la phobie de l'avion?	91
61	Que peut-on faire pour éviter d'avoir mal aux oreilles en avion?	91
62	Quels remèdes disponibles peut-on prendre contre le mal des transports?	92
63	Que peut-on faire quand on a oublié ses médicaments à la maison?	93
64	Quelle protection solaire utiliser?	94
65	Bronze-t-on mieux si on utilise une crème solaire au SPF (facteur de protection solaire) moins élevé?	97
66	Faut-il mettre du lait après-soleil après s'être exposé au soleil?	98

67	De quoi a-t-on besoin pour les sports d'hiver?	99
68	Comment prévenir et traiter les piqûres de moustiques?	100
69	Comment traiter les piqûres d'insectes (exotiques)?	102
70	Comment prévenir et traiter la diarrhée du voyageur (tourista)?	103
71	Que faire si on est surpris par le mal des montagnes (ou d'altitude)?	104
72	Peut-on retirer une tique avec une simple pincette?	105

## 6 + Effets secondaires

73	Pourquoi des médicaments ont-ils des effets secondaires?	106
74	Y a-t-il lieu de s'inquiéter quand on voit une longue liste d'effets secondaires potentiels?	106
75	Que faire si des effets secondaires se manifestent?	107
76	Est-ce que des médicaments peuvent provoquer des douleurs à l'estomac ou à l'œsophage?	108
77	Est-ce qu'un antidouleur comme le paracétamol peut être une source de maux de tête?	109
78	Est-ce qu'un anticholestérol peut provoquer des douleurs musculaires?	111
79	Pourquoi faut-il éviter de conduire quand on prend certains médicaments?	112
80	Pourquoi des médicaments contenant de la codéine ne sont-ils plus en vente libre?	112
81	Est-ce que le corps peut s'accoutumer à certains médicaments?	113
82	Pourquoi les somnifères ont-ils des effets addictifs?	115
83	Pourquoi ne faut-il utiliser un spray nasal que pendant quelques jours?	116
84	Est-ce que les médicaments peuvent influencer réciproquement leurs effets?	117

## 7 + Soins visage et corps

85	Quels facteurs peuvent provoquer de l'acné?	119
86	Que peut-on faire contre l'acné?	120
87	Pourquoi la peau vieillit-elle?	122



88	Est-ce que les produits anti-âge aident vraiment?	123
89	Est-ce qu'une crème de jour facteur 15 suffit comme protection contre le vieillissement de la peau?	125
90	Que faire quand on a la peau sèche?	126
91	Peut-on rincer ses yeux avec une solution pour lentilles de contact?	128
92	Risque-t-on d'avoir les yeux secs à la suite de l'emploi de larmes artificielles ou de gouttes pour les yeux?	129
93	Est-ce qu'un shampoing est plus efficace s'il fait beaucoup de mousse?	130
94	Comment traiter et prévenir une infection fongique ou une onychomycose?	132
95	Quels produits peut-on utiliser quand on a la peau sensible?	134
96	Est-ce que la peau s'affine quand on l'enduit de cortisone?	136
97	Est-ce que des médicaments et des produits cosmétiques risquent de rendre la peau plus sensible au soleil?	137
98	Quel déodorant peut-on conseiller contre une transpiration excessive?	139
99	Est-ce que l'aluminium dans les déodorants est cancérigène?	139
100	Quel remède utiliser contre les boutons de fièvre?	140



# 1 + LA PHARMACIE

## 1 Que fait un pharmacien ?

'Un pharmacien n'a pas de clients !' C'est la leçon importante que m'a donnée dès le premier jour le pharmacien auprès duquel je commençais mon stage, alors que je lui parlais du 'client précédent' et non du 'patient précédent'. Même si on achète aussi des produits dans une pharmacie, c'est là que s'arrête la comparaison avec un autre commerce. Avant qu'on ressorte de la pharmacie avec son produit acheté, le pharmacien a déjà pris, vérifié et recherché pour nous un tas de renseignements.

Le pharmacien est l'expert en médicaments. Ses tâches les plus importantes consistent à :

- fournir, et dans certains cas préparer (par exemple, si la forme d'administration ou le dosage doivent être modifiés) des médicaments (pour l'humain et l'animal) ;
- donner des soins pharmaceutiques, notamment nous informer et nous conseiller sur une bonne hygiène de vie et sur l'utilisation rationnelle et correcte de médicaments et de produits de santé ;
- coopérer avec d'autres professionnels de la santé en se concertant, par exemple, avec des médecins ou des infirmiers ;
- surveiller la qualité des médicaments et des produits de santé qu'il fournit et signaler d'éventuels problèmes de qualité aux instances qualifiées (Service de Contrôle des Médicaments en Belgique, et l'Agence Nationale de Sécurité du Médicament en France) ;
- s'occuper de quelques processus opérationnels comme l'achat, le stockage et la vente de médicaments, la gestion financière et l'administration avec, entre autres, l'enregistrement d'effets secondaires signalés et la tenue d'un système de gestion de la qualité (par exemple, contrôle des stocks et des températures).

Alors que fait concrètement le pharmacien quand on se présente devant lui avec une ordonnance ou une prescription? Il vérifie tout d'abord l'exactitude des données et les remboursements éventuels auxquels on a droit. Le pharmacien vérifie ensuite si le médicament et le dosage prescrits sont appropriés à la personne (et contacte le médecin en cas de doute).

Si c'est la première fois qu'on achète un médicament, le pharmacien vérifie s'il n'y a pas d'interactions avec d'autres médicaments ou des compléments alimentaires que l'on prend à ce moment et si le médicament est compatible avec d'autres affections dont on souffre éventuellement. Il informe en outre le patient de l'utilisation correcte du médicament (heure, fréquence et durée de la prise) et des effets secondaires potentiels, il annonce dans quel laps de temps on peut s'attendre à des effets, il dit ce qu'il faut faire si on oublie une dose et il prodigue des conseils sur le style de vie, le mouvement et l'alimentation qui peuvent contribuer à la guérison. On prévoit parfois un entretien d'assistance en guise de soutien (par exemple, pour les patients souffrant d'asthme, de BPCO et de diabète). Le pharmacien inscrit l'information essentielle sur l'emballage du médicament ou il l'ajoute à un plan de médication.

S'il délivre un médicament que le patient a déjà pris, le pharmacien vérifie s'il y a un changement de médication par rapport à la fois précédente. Il le questionne aussi sur ses expériences avec ce médicament, par exemple sur les effets secondaires et/ou le résultat du traitement, pour le corriger le cas échéant.

En plus, le pharmacien s'acquitte aussi de toute une série de tâches dans les coulisses, dont on n'est pas toujours conscient :

- vu l'évolution continue du développement de médicaments, le pharmacien est tenu de mettre ses connaissances à jour;
- si un médicament vient à manquer, par exemple à cause d'un souci de qualité temporaire ou d'une suspension définitive de la licence, il essaiera de trouver une solution dans un autre pays européen pour que le traitement puisse être poursuivi;
- le pharmacien prend des initiatives pour faire des dépistages préventifs de santé (mesurer la tension artérielle, le taux de glucose sanguin, etc.) afin de repérer rapidement des affections et d'en limiter les effets;
- le pharmacien approvisionnant des maisons de repos assume une préparation individuelle des médicaments. Il prévoit que la médication soit emballée séparément pour chaque prise de médicaments afin de limiter les possibilités d'erreur;
- et tant d'autres choses.

## 2 Que peut-on acheter dans une pharmacie ?

Les produits les plus importants qu'on trouve dans une pharmacie sont évidemment des médicaments. Mais on peut aussi s'y rendre pour des accessoires médicaux, des compléments alimentaires, des cosmétiques et tutti quanti.

Un médicament (classique) est une substance ou une combinaison de substances destinée à constater, prévenir ou traiter une maladie, ou encore à réparer, corriger ou modifier des fonctions corporelles. Un médicament est soumis à des règles très strictes au niveau de la sécurité, de l'efficacité et de la qualité. C'est aussi bien le cas des médicaments synthétiques originaux que de leurs équivalents génériques ou végétaux. Les conditions en matière d'efficacité des médicaments homéopathiques sont nettement moins sévères puisqu'il n'est pas obligatoire que ces remèdes fassent l'objet d'examens cliniques.



Les médicaments se divisent de différentes manières sur la base de :

- **l'administration :** par voie orale, cutanée, nasale ou inhalée, rectale ou vaginale ;
- **la forme d'administration :** cachet, comprimé ou capsule, sirop, pansement adhésif, gouttes, spray, inhalateur, injection, baume, suppositoire ;
- **l'endroit de l'effet :** le cardio-vasculaire (en cas d'insuffisance cardiaque ou d'hypertension artérielle, par exemple), le système gastro-intestinal (par exemple, en cas de gastrite ou de maladie de Crohn), le système respiratoire (asthme), le système hormonal (le diabète) et/ou le système nerveux (insomnie, par exemple) ;
- **la législation :** les médicaments classiques (originaux, génériques, végétaux) ou les médicaments homéopathiques.

D'autres produits importants qu'on trouve à la pharmacie outre les médicaments sont des accessoires médicaux comme des tensiomètres, des pansements adhésifs, des bas à varices, des lentilles de contact, des préservatifs, des stérilets contraceptifs, des tests de grossesse ou des autotests Covid-19. On les reconnaît au marquage CE sur l'emballage.

En outre, les pharmacies proposent en général tout un assortiment de compléments alimentaires (parmi lesquels des végétaux qui ne sont pas enregistrés en tant que médicament, par exemple des préparations à base de levure de riz rouge), des cosmétiques, des aliments pour bébés, des biocides (gel hydroalcoolique, par exemple), etc.

### 3 Qu'est-ce qu'un médicament contient et pourquoi ?

Les composants les plus importants d'un médicament sont les substances opérantes ou composants actifs. Ce sont ceux qui font que le remède opère contre l'affection pour laquelle on le prend. Il contient souvent aussi des substances secondaires qui ont également une fonction importante pour obtenir une efficacité maximale du médicament.

Un cachet à avaler ou un comprimé à faire fondre (une linguette), par exemple, peut contenir, outre le composant actif, les substances secondaires suivantes :

- un lubrifiant pour que la forme du comprimé soit uniformément remplie et que le comprimé puisse être facilement retiré de sa forme à la fin de la production. C'est comme beurrer un moule pour faciliter le démoulage du gâteau après la cuisson;
- une substance à la surface d'un comprimé pour masquer le cas échéant le goût amer d'un comprimé;
- un aromatisant si le composant actif a, par exemple, un goût amer, pour éviter que les gens n'y trouvent une raison de ne pas suivre correctement le traitement;
- une couche de protection entourant le comprimé pour qu'il ne se désintègre qu'une fois arrivé dans les intestins. Cela peut être utile pour protéger l'estomac ou pour prévenir la désintégration du médicament dans l'estomac;
- un liant qui permet au mélange de poudre dans le comprimé de coller jusqu'à ce qu'il doive se désagréger dans l'estomac ou les intestins;
- un remplisseur pour rendre un cachet plus maniable. Un comprimé contenant un composant actif de 1 mg, par exemple, est beaucoup trop petit pour être fabriqué avec précision sans substances secondaires;
- un colorant pour bien faire la distinction avec d'autres médicaments et éviter ainsi un mauvais usage;

- un agent de granulation qui influence le laps de temps nécessaire pour qu'un cachet se désagrège, par exemple, dans l'estomac;
- un antioxydant si le composant actif risque de perdre son efficacité par l'oxydation.

Pour d'autres formes d'administration aussi, des substances secondaires peuvent être nécessaires, telles que :

- un agent conservateur dans un sirop ou une solution qui sert, par exemple, à combattre les bactéries, champignons ou levures;
- une base de suppositoire qui fait que la concentration du composant actif soit partout la même à l'intérieur du suppositoire;
- des substances secondaires dans un patch ou des comprimés retard qui font que le composant actif ne se libère pas d'un seul coup mais progressivement;
- une substance (souvent du sel) pour produire un effet effervescent de sorte que le composant actif du comprimé effervescent se dégage en combinaison avec de l'eau.

Jadis, les médicaments étaient presque toujours d'origine végétale. Ils peuvent aussi provenir d'animaux ou de micro-organismes. Il fut, par exemple, un temps où on utilisait de l'insuline porcine pour le traitement du diabète. Aujourd'hui, l'insuline humaine est produite par la bactérie *E. coli*. Mais beaucoup de médicaments sont aujourd'hui de fabrication entièrement synthétique. Cela ne veut pas dire que les médicaments synthétiques sont plus malsains que, par exemple, des médicaments végétaux. Parfois, ils opèrent plus spécifiquement sur l'organe-cible, provoquant ainsi moins d'effets secondaires que l'approche végétale.

Il y a en outre une grande différence entre des compléments alimentaires végétaux et des médicaments végétaux. Les compléments alimentaires servent à soutenir la santé alors que les médicaments végétaux doivent traiter une affection. La législation sur les médicaments est beaucoup plus stricte que celle qui concerne les compléments alimentaires, ce qui fait qu'il existe une plus grande certitude sur la sécurité et l'efficacité d'un médicament que sur un complément alimentaire.

! Les médicaments doivent obéir à des conditions très strictes (en matière de qualité, de sécurité et d'efficacité) avant d'être enregistrés. Ces conditions sont plus sévères pour les médicaments que pour les compléments alimentaires. C'est pourquoi les compléments alimentaires végétaux ne sont pas toujours plus sûrs que des médicaments.

En n'achetant des compléments alimentaires et des médicaments que dans une pharmacie enregistrée, on est sûr que les produits correspondent à toutes les conditions légales en matière de sécurité (et d'efficacité). On reconnaît les pharmacies en ligne européennes légales par le logo suivant :



Que l'on consomme des compléments alimentaires ou qu'on prenne des médicaments, il faut toujours le signaler au pharmacien et au médecin vu que chaque produit peut entrer en interaction avec un autre médicament ou complément alimentaire que l'on prend, même ceux qui sont en vente libre.

Certaines substances secondaires et même des composants actifs dans des médicaments peuvent provoquer une intolérance ou une réaction allergique, ou même aggraver une affection ou ses symptômes. Voici quelques exemples :

- l'huile d'arachide (dérivée des cacahuètes) est parfois utilisée comme substance secondaire dans des comprimés pour augmenter la solubilité du composant actif ou aussi dans des cosmétiques pour diminuer la déshydratation de la peau, mais elle n'est pas sans risque pour des personnes souffrant d'une allergie aux noix ;
- l'amidon du blé peut s'utiliser comme remplisseur, mais il contient du gluten et est donc déconseillé pour des personnes atteintes de la maladie coeliaque ;
- des parabènes, l'acide benzoïque et des benzoates sont des agents conservateurs (par exemple, dans des crèmes et des cosmétiques) pouvant provoquer des réactions allergiques ;



- l'éthanol s'utilise entre autres comme solvant, mais il est contre-indiqué pour les enfants et les personnes alcooliques;
- le chlorure de benzalkonium, un agent conservateur utilisé entre autres dans des gouttes pour les yeux, est susceptible de provoquer de l'irritation aux yeux;
- le glucose peut être utilisé entre autres comme édulcorant, mais il n'est pas indiqué pour des diabétiques.

**?** Si on se sait hypersensible à une substance ou qu'on doute si on tolérera bien un médicament, il ne faut jamais hésiter à en parler à son pharmacien. Il sait quelles substances secondaires sont présentes dans un médicament et, sur la base du dossier pharmaceutique d'un patient, il peut parfaitement juger si un médicament lui convient ou non.

## 4 Qu'arrive-t-il au médicament une fois qu'on l'a ingurgité ?

Une fois pris, un médicament accomplit tout un parcours dans le corps avant d'atteindre son terrain d'action. Tout au long de ce parcours, il subit une série de processus : il est absorbé par un vaisseau sanguin qui le diffuse ensuite dans le corps, il subit des modifications structurelles dans le foie et se voit finalement expulsé avec l'urine.

Prenons l'exemple d'un médicament classique sous forme de comprimé. Une fois avalé, il va se désagréger dans l'estomac ou les intestins et donc se dissoudre. À hauteur de l'intestin grêle, la substance active est absorbée dans les vaisseaux sanguins. Plus le médicament se désagrège et se dissout vite, plus la substance pourra être rapidement absorbée et plus l'action du médicament sera rapide.

Ensuite, la substance active circule avec le sang à travers l'organisme vers les tissus (un anti-inflammatoire, par exemple, doit atteindre le lieu de l'infection pour pouvoir y opérer). Une fois que la substance active est arrivée à destination par les vaisseaux sanguins et par interaction avec des substances sélectives, des cellules ou des mécanismes, elle doit évidemment encore pouvoir faire son boulot.

Pour expliquer comment cela se déroule précisément, comparons un instant notre corps à une maison.

Normalement, une maison (notre corps) se compose de plusieurs pièces (cellules) séparées entre elles par des murs (parois cellulaires), mais reliées entre elles par un couloir (vaisseau sanguin). Les cellules sont pourvues de portes sélectives (des composants propres à l'organisme parmi lesquels des récepteurs ou des protéines de transport) capables de transmettre des signaux ou des substances à travers la paroi (mur de la pièce) vers l'intérieur de la cellule (la pièce) et vers le vaisseau sanguin (le couloir). Une substance active communique donc avec des composants propres à l'organisme (ces petites portes sélectives) afin de pouvoir faire son boulot. Certains antidépresseurs, par exemple, empêchent que la sérotonine (une hormone de bonheur) ne soit de nouveau absorbée dans la cellule par le biais d'une protéine de transport. Cela permet à la sérotonine de rester plus longtemps active. Il va de soi qu'il existe outre les protéines de transport beaucoup d'autres composants propres au corps avec lesquels les médicaments peuvent réagir.

Des médicaments aux effets antiviraux ou antibactériens ne manifestent que peu voire pas d'interaction du tout avec des composants propres au corps, mais ils vont influencer des composants de virus ou de bactéries, enrayant ainsi leur croissance ou tuant carrément la bactérie ou le virus.



? Savez-vous que des cachets effervescents, *fastcaps*, granulats et linguettes (ou comprimés orodispersibles) agissent plus vite que des cachets classiques à avaler ? Ils atteignent déjà l'estomac en état décomposé ou dissous et sont donc absorbés plus vite qu'un cachet à avaler.

Après que la substance active a prouvé son utilité, elle se voit éliminée de l'organisme. Le corps possède en effet des enzymes (à hauteur des intestins, du foie, des poumons et des reins) qui décomposent le composant actif de sorte qu'il puisse facilement être évacué avec l'urine.

La substance active dans un médicament ne vise en général pas spécifiquement une seule cellule, un seul organe ou tissu, mais elle se diffusera dans l'ensemble de l'organisme. Ce qui fait qu'elle peut influencer des mécanismes ou des cellules comparables à ceux et celles qu'elle vise à l'origine. C'est ce qui peut induire des effets secondaires. Certains antibiotiques, par exemple, ne détruisent pas seulement de mauvaises bactéries dans les intestins, mais aussi des bonnes bactéries, perturbant ainsi l'équilibre de la flore intestinale et provoquant parfois la diarrhée. Le risque d'effets secondaires est moins important avec un médicament sous forme de gel qu'avec des comprimés. Étendre un baume sur la peau introduit beaucoup moins de substances actives dans les vaisseaux sanguins que l'ingestion d'un comprimé.

? Savez-vous que les substances actives sont toujours indiquées sur la boîte ou l'emballage d'un médicament ? On les trouve généralement sous le nom de la marque. Les autres substances présentes sont indiquées dans la notice. Consultez votre pharmacien en cas de doute sur la composition d'un médicament.

# 2 + LA CONSOMMATION DE MÉDICAMENTS

## 5 Pourquoi un médicament se présente-t-il sous forme de sirop et d'autres sous forme de cachet, comprimé ou capsule ?

La meilleure forme d'administration à choisir dépend des circonstances.

Si on a, par exemple, tendance à vomir avant d'avoir bel et bien avalé un antidouleur, cet antidouleur ressortira avec le contenu de l'estomac et n'aura donc aucun effet. Dans ce cas, il vaut mieux prendre du paracétamol sous forme de suppositoire. La substance active est la même que dans un comprimé. Si on est sensible à la diarrhée, il est préférable de choisir un comprimé.

Mais avant tout: il n'existe pas de forme d'administration adaptée à toutes les personnes et toutes les affections. Le choix de la forme d'administration qui convient le mieux dépendra:

- du patient.
  - On préférera évidemment un sirop ou un suppositoire pour les enfants encore incapables d'avaler des comprimés. Certains médicaments à usage local comme le Voltaren Emulgel ne sont pas toujours destinés aux enfants. Le risque d'effets secondaires est plus important du fait que par comparaison aux adultes, leur surface corporelle est plus grande par rapport à leur poids.
  - En cas de troubles de la déglutition, on se tournera vers des cachets effervescents, des granulats, des sirops, des linguettes ou des suppositoires.
- de l'endroit de l'action.
  - Pour un usage local, les formes d'administration suivantes sont appropriées: gels, crèmes, baumes, pansements, spray, gouttes, suppositoires.
  - Pour une application sur l'ensemble du corps, les formes d'administration suivantes sont appropriées: sirops, comprimés (effervescents ou linguettes), capsules, gouttes, injections ou piqûres, pansements, suppositoires.