

 Veuillez vérifier que cet article est bien celui que vous voulez imprimer puis cliquez ICI.

## Automédication, jusqu'où peut-on aller ?

Tout nous pousse à l'autoprescription : le déremboursement de certains médicaments, les publicités pour les produits en vente libre, les sites et les guides santé en tout genre. Mais quelles sont les limites ?

Nathalie Szapiro

(5 voix)



- Acheter des médicaments sans passer par le médecin
- Changer les doses ou suivre un ancien traitement
- Gérer une poussée au cours d'une maladie chronique
- Remboursements de la Secu : Ce qui va changer
- Dans mon armoire à pharmacie, il y a...
- Les pièges à éviter chez nos enfants

### Acheter des médicaments sans passer par le médecin

Faites ce test. Demandez à votre entourage ce que signifie «**automédication**» et comptez le nombre de réponses différentes. «Acheter un médicament sans voir de médecin», «Utiliser d'anciens traitements sans lui demander son avis», «Acheter des médicaments non remboursés» ou encore «Gérer soi-même une affection chronique»... Vous constaterez que, si toutes ces situations relèvent bien de l'automédication, chacune a ses limites...

Avouons-le, l'**automédication** est bien utile pour **soigner un rhume, des règles douloureuses, un mal de tête, des ballonnements**, une constipation passagère, une légère anxiété, etc. Encore faut-il acheter ses médicaments en pharmacie (surtout pas sur Internet, paradis des contrefaçons) et ne pas zapper les recommandations du pharmacien qui est là pour ça. Les **guides sur l'automédication** (comme le Vidal) sont là pour nous conseiller ainsi que les nombreux **sites Internet**, «en particulier ceux labellisés "HON" par la Fondation "Health on the Net", composée d'experts internationaux», insiste le **Dr Philippe Presles**, directeur de **e-santé**. Car l'automédication a son utilité. On n'est pas obligé de consulter son médecin pour un rhume. Laver son nez avec du sérum marin peut empêcher l'infection de s'étendre à la gorge (pharyngite) ou aux oreilles (otites). Et en cas d'oubli de pilule contraceptive, la prise de la pilule du lendemain dans les 72 h peut éviter une grossesse non désirée ! Là aussi, inutile de passer par la case gynéco.

Les limites : avec ou sans ordonnance, un médicament mal utilisé fait des dégâts. C'est d'ailleurs la cause de 130 000 hospitalisations annuelles. Pour éviter un incident, la règle est simple : **pas d'automédication pour les nouveau-nés, les femmes enceintes, les insuffisants rénaux, cardiaques ou hépatiques**. «Il faut toujours demander l'avis d'un professionnel : médecin, sage-femme ou pharmacien», martèle le **Pr Baumelou**, néphrologue à l'hôpital de La Pitié-Salpêtrière (à Paris) et président du groupe de travail Prescription médicale facultative à l'**Afssaps** (Agence française de sécurité sanitaire des produits de santé), qui plaide pour une meilleure éducation du grand public. Car les pièges de l'automédication sont réels et nombreux. Par exemple, le **paracétamol** recommandé en première intention en cas de fièvre ou de mal de ventre est toxique chez l'insuffisant hépatique, les **anti-inflammatoires** non-stéroïdiens sont contre-indiqués à l'insuffisant rénal et à la femme enceinte, et l'**aspirine**, dangereuse pour le nourrisson en cas d'infection virale. Tout cela est, bien entendu, parfaitement précisé dans les notices des médicaments, encore faut-il les lire.

Ce que l'on peut faire : **montrer sa dernière ordonnance au pharmacien** (ne serait-ce que sa prescription de pilule) afin qu'il puisse nous mettre en garde contre un éventuel risque d'interaction. Saviez-vous, par exemple, qu'il faut attendre 2 h avant de prendre un médicament après un pansement gastrique ? Et si on s'entend bien avec son médecin, on peut lui passer un coup de fil (sans l'appeler non plus tous les jours).