

Les risques de l'automédication

Audio 2'29

- 6h14 juste après les sports, l'actualité de la santé maintenant avec le docteur Kierzek. Bonjour Gérald.
- Bonjour Samuel
- Alors vous posiez la question ce matin, est ce qu'on peut se passer de son médecin ? C'est la question de l'automédication, c'est ça ?
- Ça y est, vous voulez vous débarrasser de moi
- Mais non
- Alors oui, c'est la question de l'automédication. C'est un fait déjà, puisque la réalité c'est que 78% des Français utilisent l'automédication, c'est-à-dire de vrais médicaments, avec une autorisation de mise en vente sur le marché, mais qui se passent d'ordonnance et c'est un marché qui progresse. C'est plus 4% par an. Donc il faut l'accompagner cette tendance à l'automédication. L'accompagner parce qu'il y a quand même des situations à risque. Et d'emblée, il faut qu'on élimine un certain nombre de situations à risques. Et je pense aux nourrissons, je pense aux mamans qui allaitent ou aux futures mamans, les femmes enceintes ou les patients qui sont polymédicamentés. Et bien ce ne sont pas des bons patients pour l'automédication. Et là il faut toujours demander un avis médical ou un avis à son pharmacien parce qu'il y a un risque d'effets secondaires avec cette automédication.
- Et à l'inverse, est ce qu'il existe des situations, Gérald, où on peut se passer de médecins pour des affections sans gravité.
- Ben oui, c'est toutes les autres situations. C'est toutes les situations chez un adulte en bonne santé qui va présenter un trouble bénin. Quand vous avez un peu mal à la tête, une petite douleur et bien vous allez pouvoir vous automédiquer. Il y a quand même des règles d'or. Un c'est le conseil du pharmacien, parce que c'est un médicament qui s'achète en pharmacie et il y a le pharmacien qui est là pour vous aider. Deuxièmement, il faut lire la notice. Ça veut dire quoi ? Ça veut dire qu'il faut toujours la garder cette notice. Il faut la lire et puis il faut garder dans son emballage. Troisièmement, pas d'association à d'autres médicaments, sur ou sans prescription parce que c'est l'association de ces molécules qui va parfois avoir des effets secondaires. Quatrièmement, j'allais dire, il faut respecter les modalités, évidemment la dose, l'horaire et la durée de traitement. Et justement en termes de durée, si les symptômes durent ou si ça s'aggrave, là il faut passer par la case médecin. Et la bonne durée, c'est quoi ? C'est trois à cinq jours, mais si les symptômes persistent plus de trois à cinq jours, là on consulte, il y a quelque chose d'anormal.
- Et puis Gérald, de plus en plus de personnes ont recours aux médecines traditionnelles. C'est une bonne ou mauvaise chose ?
- Oui médecine traditionnelle ou phytothérapie ou compléments alimentaires. Alors c'est pas parce que c'est naturel ou traditionnel que c'est inoffensif. D'ailleurs il y a un principe actif. Donc ça fonctionne. Donc attention quand même aux risques d'interactions médicamenteuses. Donc c'est pas parce que c'est de la médecine traditionnelle chinoise que ça n'a pas d'effet du tout. Là aussi, demandez conseil à votre pharmacien et n'achetez pas n'importe où, notamment toutes ses plantes qui circulent sur internet etc. Non parce que là, parfois on a des surprises dans ce qu'on reçoit.
- Merci beaucoup docteur Kierzek pour tous ces bons conseils.