

Semaine de la sécurité des patients : thématique « bien utiliser les médicaments »

Localisation : hall entrée ARS

Date : 1 midi de 11h45 à 14h entre le 25 et le 29 novembre 2013

Matériel nécessaire : 2 PC à disposition pour 2 quizz interactifs

1 PC pour vidéo en continue à partir des films disponibles sur le site du ministère de la santé (accès internet)

6 grilles pour délimiter les ateliers, 4 petits meubles et 4 tables pour positionner les jeux et armoires à pharmacie, près des fenêtres.

ATELIER 1 : Rangeons notre pharmacie !

MATERIEL NECESSAIRE : 2 pharmacies familiales remplies de boîtes de médicaments vides comprenant des médicaments humains, vétérinaires, périmés, tubes ouverts usagés sans bouchon, des boîtes de stupéfiants, des antibiotiques entamés

Une poule avec des œufs et quelques médicaments, divers objets insolites de rangements, une chaussette, une boîte à gâteaux, un coussin, etc.

Un environnement près d'une fenêtre, à portée des enfants, milieu humide (une pomme de douche si possible)



DEROULEMENT DE L ATELIER :

Amener les personnes à **retenir 4 principes** :

1- Une pharmacie limitée :

- les **médicaments utiles sans ordonnance** : Achetés sans ordonnance, ils permettent de réaliser les premiers soins. Au premier rang, le paracétamol, en cas de douleur ou de fièvre... tout en respectant les posologies (pas plus de 4g par 24 heures). Également utiles : du sérum physiologique pour le lavage oculaire, nasal et aussi des plaies, un sirop ou des comprimés contre la toux (grasse ou sèche), une solution antiseptique pour le lavage de plaies, une solution nasale antiseptique et un spray d'eau minérale.

Pour les médicaments prescrits sur ordonnance : seuls les traitements en cours doivent se trouver dans la pharmacie. Les médicaments restants en fin de traitement doivent être rapportés à la pharmacie.

- Les **dispositifs utiles** : pansements, thermomètre, ciseaux et pince à écharde. Compresse stériles, sparadrap, coton, tulle gras, pansements, rouleaux adhésifs et bandes de gaze permettent de panser tous les types de blessures non infectées. En cas de morsure animale, ne pas oublier de consulter un médecin qui mettra en œuvre une prévention du tétanos. Enfin, plusieurs paires de gants à usage unique sont pratiques.

2- Une pharmacie bien rangée

Conservez les médicaments dans leur emballage, avec leur notice. Notez directement dessus la date, la dose prescrite et les horaires de prise. La pharmacie doit être organisée pour éviter leur usage incorrect – et potentiellement dangereux.

Aussi, séparez les produits selon leur mode d'application (interne ou externe), mais aussi selon les personnes auxquelles ils sont destinés : médicaments pour adultes et pour enfants ne doivent surtout pas être confondus.

3- Les boîtes de médicaments entamées ou périmées ne doivent pas être conservées.

Faites le tri dans votre pharmacie chaque trimestre. Mais ne jetez pas les médicaments à la poubelle, dans les toilettes ou dans l'évier. Certains produits chimiques ou antibiotiques peuvent nuire à l'environnement. Rappelez-les à votre pharmacien.

4- Où ranger l'armoire à pharmacie ?

Première règle : l'armoire doit être tenue hors de portée des enfants, fermée à clé et en hauteur.

Pour une bonne conservation des médicaments, elle doit être placée à l'abri de la lumière et de l'humidité, dans un lieu frais (entre 15 et 22 °C). C'est pourquoi il est préférable, contrairement à ce que l'on pourrait croire, de ne pas la placer dans la salle de bains ni dans la cuisine. La chambre à coucher des parents est plus adéquate.

ANIMATRICES : Solenn Le Tallec, et Patricia Marie de la direction de la performance

ATELIER 2 : retrouvons les dénominations communes internationales et efficacité des médicaments génériques !



MATERIEL NECESSAIRE : une trentaine de boites de médicaments vides comprenant des médicaments humains, en particulier de paracétamol sous différent dosage, fournisseurs (princeps et génériques : Claradol, efferalgan, expandox, geluprane, dafalgan, lamaline, Dolko), présentation galénique (gélules, suppositoires, gel, comprimés) de stupéfiants, d'antibiotiques.

DEROULEMENT DE L ATELIER :

Amener les personnes à **retenir 2 principes** :

1- C'est quoi la DCI ?

Un médicament contient une ou plusieurs molécules responsables de l'effet thérapeutique du médicament.

Dans le langage courant, on désigne le plus souvent les médicaments par leur nom de marque, sans savoir précisément ce qu'ils contiennent. Doliprane®, par exemple, qui est une marque très répandue, a pour DCI le paracétamol. Le paracétamol est ainsi vendu sous plusieurs dizaines de noms de marque. En général, la DCI est précisée sur les boîtes des médicaments, juste en dessous du nom de marque.

Connaître la DCI permet d'éviter les risques d'allergies à une molécule que vous avez identifiée. Ensuite, prévenir les interférences entre médicaments. La DCI vous permet également de gérer votre santé lors de vos déplacements à l'étranger. Car c'est le nom de la molécule et non la marque du médicament que reconnaîtra le professionnel de santé du pays où vous vous rendez. C'est pourquoi, votre médecin a tout intérêt à inscrire prioritairement la DCI de votre médicament sur votre ordonnance. Cela vous permettra également de mieux vous repérer si votre pharmacien vous délivre un médicament générique.

2- Le DCI diminue le risque de surdosage

Si vous prenez plusieurs médicaments sans vous douter qu'ils contiennent la même molécule, vous risquez un surdosage. C'est ce qui est arrivé à la petite Juliette, 5 ans. Fièvre, toux, nez bouché... Sa mère lui donne une dose d'Advil® pour calmer la fièvre. Dans la nuit, la fillette se plaint d'une douleur à l'oreille. Ses parents lui donnent alors un médicament pour calmer la douleur : le Nureflex®. Sa douleur persiste, et malheureusement le médecin de garde ne peut pas venir aussitôt. Pour ne pas dépasser la dose maximale de Nureflex®, sa mère lui fait prendre de l'Antarène®. Mais bientôt

Juliette est prise d'un violent mal de ventre, et ses parents la conduisent à l'hôpital. En fait, elle a pris trois fois la même substance, l'ibuprofène, sous trois noms de marque différents. Elle est victime d'un surdosage qui a provoqué une inflammation de l'estomac. Connaitre la DCI d'un médicament permet d'éviter de prendre plusieurs fois la même molécule en cas d'automédication.

Ne pas dépasser la dose maximale de paracétamol par jour :

- 4 g par jour en 4 prises espacées de 6 heures pour un adulte sain,
- 3g par jour en 4 prises espacées de 6 heures pour un sujet de plus de 75 ans
- 60 mg/Kg/24h en 4 prises espacées de 6 heures pour un enfant

Un médicament générique est-il aussi efficace ?

Un médicament générique a la même composition qualitative et quantitative en principes actifs (substances à l'origine de l'effet du médicament) et la même forme pharmaceutique (comprimé, gélule, sirop...) que le médicament princeps.

Pour obtenir une autorisation de mise sur le marché (AMM), le laboratoire souhaitant commercialiser un médicament générique doit démontrer sa bioéquivalence avec le médicament de référence, c'est-à-dire apporter la preuve qu'il se comporte de la même manière dans l'organisme en termes d'absorption, de distribution et d'élimination.

L'AMM des médicaments génériques repose sur la même méthode d'évaluation que celle appliquée à l'ensemble des médicaments par l'Agence nationale de sécurité du médicament et des produits de santé (ANSM). Toutes les données permettant d'évaluer et de garantir leur qualité, leur efficacité et leur sécurité d'emploi doivent être fournies par l'entreprise pharmaceutique en vue de l'obtention de l'AMM.

Ainsi, la demande d'AMM pour un médicament générique comprend :

- un dossier pharmaceutique qui comporte toutes les données apportant la preuve de la qualité du médicament ;
- un dossier biopharmaceutique apportant la preuve de la bioéquivalence du générique par rapport au médicament de référence.

ANIMATRICES : Véronique Pineau DOSA

ATELIER 3 : Reconnaissons les pictogrammes !



MATERIEL NECESSAIRE : une trentaine de boîtes de médicaments vides comprenant des médicaments humains, avec les types de pictogrammes précisés sur affiche ci-dessous, un jeu de cartes avec les différents pictogrammes et la signification derrière, un antiseptique, une boîte de médicament vétérinaire (pièges).

La conservation des médicaments :



Tenir à l'abri de la chaleur



Tenir à l'abri d'une flamme



Tenir à l'abri de la lumière



Tenir à l'abri de l'humidité



Conserver entre + 2 °C et + 8 °C au réfrigérateur

Les médicaments au volant :



Soyez prudent.
Ne pas conduire sans avoir lu la notice.



Soyez très prudent.
Ne pas conduire sans l'avis d'un professionnel de santé.



Attention, danger : ne pas conduire !
Pour la reprise de la conduite, demandez l'avis d'un médecin.

Les médicaments et le risque de photosensibilisation :



Ne pas exposer les zones traitées au soleil, même voilé, ni aux UVA.

Les produits cosmétiques :



Les précautions particulières et la liste des ingrédients se trouvent sur une notice, une étiquette, une bande ou une carte jointe ou attachée.



Date limite d'utilisation une fois le produit ouvert et entamé (12 mois)*.

* Ce pictogramme ne figure pas sur : les produits conditionnés dans un emballage scellé non ouvrable (aérosols) ; les produits à usage unique (unidoses) ; les produits non altérables ; les produits dont la stabilité est inférieure à 30 mois.

DEROULEMENT DE L ATELIER :

Amener les personnes à **retenir 2 principes** :

1- Certains médicaments peuvent altérer les capacités à :

- **conduire un véhicule** (voiture, poids lourd, deux-roues...),
- **accomplir des tâches avec des machines qui nécessitent une attention soutenue**, de la précision et le respect des consignes de sécurité, que ce soit dans un cadre professionnel ou lors d'activités de bricolage (scies électriques, tronçonneuses...).

2- Certains médicaments nécessitent une conservation particulière (insuline, vaccins, certains antibiotiques), une fois ouvert, un flacon doit être jeté après la date limite d'utilisation.

Jeu des cartes à pictogrammes :

2 jeux sont mis à disposition, le but étant de faire participer deux groupes d'au moins une personne, le 1^{er} ayant associé chaque pictogramme à la bonne signification à gagné.

ANIMATRICES : Florian Cottebrune et Xavier Gastebled de la D perf

ATELIER 4 : Ne prenons pas les médicaments n'importe comment !



MATERIEL NECESSAIRE : boîtes de médicaments vides comprenant des médicaments humains, dont boîtes de stupéfiants, antibiotiques y compris phytothérapie et jus de pamplemousse ; un mortier (sensibilisation sur les formes gastro-résistantes et libération prolongée qu'il ne faut pas écraser).

DEROULEMENT DE L'ATELIER :

Jeu des boîtes d'effets secondaires : 3 boîtes avec 3 effets indésirables (troubles digestifs, hémorragies et fatigue, somnolence, chute) : l'objectif est de donner 10 boîtes de médicaments connus et de demander aux personnes de placer chaque boîte de médicament dans la boîte effet secondaire correspondant.

Jeux des effets indésirables, avec plusieurs pions (dans pochette) :

2 jeux avec 2 équipes d'au moins une personne, l'objectif étant de retrouver les effets secondaires associés aux classes médicamenteuses.

6 règles à retenir en cas d'automédication :

1. L'automédication est **réservée aux adultes en bonne santé générale** (pas de maladie chronique, comme le diabète, l'insuffisance cardiaque, etc.)
2. **Relisez la notice et l'emballage** avant de prendre un médicament et respectez les consignes (posologie, conditions de conservation...).
3. **Ne cumulez pas plusieurs médicaments** sans en parler à votre pharmacien. Les interactions peuvent engendrer des effets indésirables.
4. **Ne prenez jamais en automédication des médicaments vendus sur ordonnance**, même s'ils vous avaient été prescrits à une autre occasion.
5. **Évitez de consommer des excitants** (alcool, café...) pendant un traitement.
6. **Ne prolongez pas une automédication** : si votre état général empire ou que les symptômes ne diminuent pas après quelques jours, arrêtez le traitement et consultez un médecin.

Plus on augmente le nombre de médicaments, moins on est observant (respect des prises, posologie, etc.) :

→ 1 prise 60% d'observance, 2 prises 45%, 3 prises 39%

Plusieurs éléments vont influencer sur l'action des médicaments :

▶ Que doit connaître votre médecin traitant avant toute nouvelle prescription ?

- ✓ **L'état d'hydratation** : en cas de déshydratation, risque de toxicité rénale, hépatique et de surdosage → **Attention aux vagues de chaleur, aux épisodes infectieux**
 - Ex. de classes médicamenteuses à prendre en compte en cas de déshydratation ou de fortes chaleurs: **AINS, diurétiques, IEC, neuroleptiques**
- ✓ **L'état nutritionnel** : la dénutrition entraîne une diminution des protéines plasmatiques circulantes (albumine), ce qui augmente la fraction libre des médicaments qui se fixent habituellement à ces protéines, entraînant un risque de surdosage → **Vérifier l'albuminémie**
 - Ex. de classes médicamenteuses qui se fixent fortement aux protéines plasmatique : **AINS** (risque d'insuffisance rénale), **AVK** (risque hémorragique), **Sulfamides hypoglycémiantes** (coma hypoglycémique).
- ✓ **La fonction rénale** : les médicaments qui s'éliminent par le rein et ceux ayant une marge thérapeutique étroite nécessitent une adaptation posologique en cas d'insuffisance rénale → **Vérifier la clairance à la créatinine**
 - Ex : **AVK, Digoxine, IEC, certains Antibiotiques**
- ✓ **La fonction hépatique** : les médicaments qui s'éliminent par le foie ou qui se fixent sur les protéines plasmatiques nécessitent une adaptation posologique en cas d'insuffisance hépatique → **Vérifier les transaminases, bilirubine**
 - Ex : **Aspirine, AINS, aminosides, diurétiques, médicaments sédatifs**
- ✓ **La totalité des traitements en cours** : y compris les traitements en automédication et, en particulier après une hospitalisation (arrêts inopinés).
- ✓ **Le bilan biologique** : peut être perturbé sous l'influence de médicaments avec parfois la survenue d'une hyponatrémie (confusion, hypotension, chute) ou d'une hypernatrémie (hypertension, embolie pulmonaire). d'une hypokaliémie (troubles cardiaques, soif, irritabilité, crampes musculaires) ou hyperkaliémie (tremblements, faiblesse musculaire) → **Vérifier la natrémie et kaliémie de manière régulière**
 - Ex : **Furosémide** (Diurétique) augmentant le risque d'hyponatrémie et hypokaliémie ou **Fluoxétine** (antidépresseur) augmentant le risque d'hyponatrémie
- ✓ **La(es) pathologie(s) associée(s)** : augmentation des effets indésirables de certains médicaments
 - Ex : **Diabète et bêtabloquants** (risque d'hypoglycémie)
- ✓ **L'état mental du patient** qui conditionne l'observance du traitement, la compréhension des consignes : interrogatoire du patient ou de l'entourage

▶ Avant la prescription : que doit-on connaître du médicament ?

- ✓ **Voie d'élimination prépondérante** :
 - ✓ **Rénale** : En cas d'insuffisance rénale, diminuer la posologie des médicaments à élimination rénale par rapport aux posologies standards (ex : la posologie de digoxine doit être réduite de moitié)

- ✓ **Hépatique** : certains médicaments peuvent augmenter (inducteurs) ou diminuer (inhibiteurs) l'activité des protéines (enzymatiques) du foie : les inducteurs vont favoriser l'élimination ou transformation de médicaments à élimination hépatique (entraînant un sous dosage) et les inhibiteurs vont freiner leur élimination ou transformation (pouvant entraîner un surdosage).
 - Exemple : *phénytoïne, rifampicine, alcool, millepertuis* inducteurs enzymatiques qui pourront augmenter l'élimination d'un antiasthmatique
 - Exemple : *antifongiques azolés, antiviraux, jus de pamplemousse, amiodarone, fluoxétine* inhibiteurs enzymatiques qui pourront diminuer l'élimination d'un anxiolytique (risque de surdosage)

- ✓ **La durée d'action du médicament** ou la demi-vie plasmatique ($t_{1/2}$): conditionne la posologie et le dosage. Le médicament est totalement éliminé de l'organisme au bout de 7 $t_{1/2}$. Les médicaments prescrits doivent avoir la $t_{1/2}$ la plus courte.
 - Exemple : *Benzodiazépines*

- ✓ **La marge thérapeutique** : elle est étroite quand l'écart entre la dose efficace et la dose toxique est faible.
 - Ex : *Digoxine, Anticoagulants oraux, Sulfamides hypoglycémiants, Antiépileptiques*

- ✓ **Les effets pharmacologiques et indésirables, les contre-indications** : Tout médicament possède des propriétés curatives ou préventives à l'égard de pathologies ou des propriétés diagnostic. Les situations où la prise du médicament peut se révéler dangereuse sont des contre-indications relatives où dans certains cas, le rapport bénéfice-risque de la prise de la molécule reste acceptable, et les contre-indications absolues où le médicament ne doit pas être pris, quel que soit le bénéfice escompté. Un effet indésirable est une « réaction nocive et non voulue, se produisant aux posologies usuelles ». Ces effets indésirables doivent être déclarés au centre régional de pharmacovigilance.
 - Ex d'effets indésirables : Le *métoclopramide (PRIMPERAN)*, antiémétique possédant les propriétés d'un neuroleptique (confusion, sédation).
 - Ex de contre-indication absolue : Médicaments aux propriétés anticholinergiques (ex : *amitriptyline (LAROXYL)*, *Hydroxyzine (ATARAX)*) et glaucome à angle fermé.

- ✓ **La forme galénique** : elle doit être adaptée au sujet âgé, en particulier en présence d'un trouble de déglutition : la forme orale restant à privilégier : comprimés, gélules, sachets, solutions buvables : vérifier à ne pas écraser de manière systématique les médicaments, à ne pas les mélanger, à ne pas les préparer plusieurs heures à l'avance, etc. (cf. Fiche « Préparation des doses à administrer »).

- ✓ **La fixation du médicament aux protéiques plasmatiques** : certains médicaments se fixent fortement aux protéines plasmatiques (albumine). La fraction de médicament fixée à l'albumine n'a plus d'effet thérapeutique. En cas de dénutrition, l'albuminémie est diminuée et la fraction libre (active) de médicaments s'en trouve augmentée.
 - Ex : en cas de dénutrition (*albuminémie < 35* et *IMC (taille/poids²) ≤ 21*) la dose de *Benzodiazépines, de dépakine, d'AVK* doit être réduite pour éviter tout surdosage.

- ✓ **Le service médical rendu du médicament** : il est à prendre en compte pour chaque médicament prescrit. Il est déterminé en fonction du rapport bénéfice/risque du médicament, de la gravité de l'affection à traiter et de sa place dans la stratégie thérapeutique : Niveau I si l'intérêt est important, II pour faible et III pour insuffisant. Il est consultable sur le site de la Haute Autorité de Santé.

▶ **Avant et après la prescription : le suivi et la réévaluation**

- ✓ **Tout ajout ou suppression de médicaments** dans une prescription doit s'accompagner d'une **réflexion sur le bénéfice et le risque** que cette action entraîne.
 - *Lors d'un ajout, avoir les bons réflexes devant tout nouveau symptôme (chronologie de survenue, signe(s) clinique(s) évocateur(s) comme les chutes, l'anorexie, la confusion)*
- ✓ **La révision/réévaluation du traitement** passe forcément par une analyse des pathologies et des médicaments en cours : **hiérarchisation et priorisation.**

ANIMATRICE : Céline Bouglé direction de la performance

ATELIER 5 : Peut-on acheter sans risque des médicaments sur Internet ?

MATERIEL NECESSAIRE : document du conseil de l'ordre des pharmaciens.

DEROULEMENT DE L ATELIER :

Amener les personnes à **retenir**:

Seul l'achat de médicament sur un site internet autorisé par une agence régionale de santé (ARS) vous garantit la qualité et la sécurité du médicament commandé.

La vente par internet de médicaments est en effet réservée aux pharmaciens titulaires d'une officine de pharmacie et aux pharmaciens gérants d'une pharmacie mutualiste ou de secours minière (pour ses membres). Le site internet du pharmacien doit obligatoirement être adossé à son officine.

Il convient donc de toujours vérifier si le site internet qui propose des médicaments à la vente est bien autorisé.

La liste des sites de vente légalement autorisés est disponible sur le site de l'Ordre des pharmaciens et sur celui du ministère chargé de la santé.

Attention, sur les sites internet non autorisés, la qualité des médicaments et leur sécurité n'est pas garantie. Il peut y avoir des médicaments falsifiés. Un médicament falsifié peut présenter une composition différente de celle du médicament d'origine : absence, surdosage ou sous-dosage en principe actif ou présence de substances toxiques. Le médicament peut être inactif donc inefficace pour vous soigner. Il risque aussi d'être toxique donc dangereux pour votre santé.

Site : <http://www.ordre.pharmacien.fr/ecommerce/search>

ANIMATRICE : Véronique Pineau DOSA

ATELIER 6 : l'atelier casse tête sur les posologies, risques et contre indications

MATERIEL NECESSAIRE : le casse tête.

DEROULEMENT DE L ATELIER :

Amener les personnes à **retenir 2 principes** :

- posologie maximale de l'aspirine et du paracétamol
- les risques du surdosage

Casse tête :

2 jeux avec cartes mis à disposition

ANIMATRICE : Sylvie Plainfossé direction de la santé publique

ATELIER 7 : Ne jetons pas les médicaments n'importe comment !

MATERIEL NECESSAIRE : voir avec Santé environnement DSP.

DEROULEMENT DE L ATELIER :

ANIMATRICE : Catherine Boutet et Raphael Tracol DSP

ATELIER 8 : l'atelier Magie de la pharmacologie !

MATERIEL NECESSAIRE : un jeu avec les différentes cartes et la signification derrière.

DEROULEMENT DE L ATELIER :

Amener les personnes à **retenir 2 principes** :

- mécanismes d'action
- effets secondaires fréquents

Jeu avec cartes :

2 jeux sont mis à disposition, le but étant de faire participer deux groupes d'au moins une personne, le 1^{er} ayant placé chaque étiquette « médicament » à la bonne place à gagné.

Les antalgiques agissent contre la douleur.

Les antibiotiques agissent contre les bactéries.

Les antiviraux agissent contre les virus.

Les anticoagulants fluidifient le sang.

Les antidépresseurs restaurent une humeur positive et la stabilisent.

Les anxiolytiques qui réduisent l'anxiété.

Les antihistamiques agissent sur l'allergie.

Les anti-inflammatoires agissent contre l'inflammation.

Les antipyrétiques agissent contre l'hyperthermie.

Les diurétiques stimulent la sécrétion d'urine.

Les laxatifs agissent contre la constipation.

Les sédatifs (calmants) qui diminuent l'activité d'un organe

ANIMATRICE : à voir, en 2015