

# Quiz

## Comment bien utiliser les médicaments ?

Chaque question peut faire l'objet d'une ou de plusieurs bonnes réponses.

### QUESTIONS

**1 : J'ai pris un ou plusieurs médicaments et je pense que l'un d'entre eux peut être à l'origine d'un effet indésirable :**

- A. J'en informe mon médecin traitant, mon pharmacien ou l'infirmier ;
- B. Je remplis le formulaire de signalement d'effet indésirable disponible sur le site internet de l'agence française de sécurité sanitaire des produits de santé (Afssaps) ;
- C. Je le garde pour moi.

**2 : Une personne de mon entourage est malade et présente des symptômes se rapprochant de ceux que j'ai déjà ressentis :**

- A. Je lui donne les médicaments qui m'avaient été prescrits pour ce problème ;
- B. Je lui conseille d'aller s'acheter des produits sans ordonnance en pharmacie ;
- C. Je lui conseille de consulter son médecin ou son pharmacien afin qu'ils l'orientent vers la meilleure solution à son problème.

**3 : Lorsque vous consultez votre médecin, il est important de disposer sur soi de la liste de ses médicaments de son traitement actuel, et celle-ci doit comprendre :**

- A. Uniquement les médicaments que mon médecin m'a prescrits ;
- B. Tous mes médicaments incluant mes médicaments prescrits et mes médicaments que j'ai achetés sans ordonnance à la pharmacie ;
- C. Uniquement mes médicaments qui peuvent causer des effets secondaires.

**4 : Le meilleur endroit pour conserver ses médicaments à la maison est :**

- A. Dans une armoire ;
- B. Dans la cuisine ;
- C. Peu importe, pourvu que ce soit un endroit à l'abri de l'humidité et de la lumière et inaccessible aux enfants.

**5 : Les renseignements sur les médicaments que l'on peut retrouver sur Internet sont :**

- A. Toujours sûrs et fiables ;
- B. Sans utilité ;
- C. Tout dépend du site.

**6 : La meilleure solution à un problème de santé qu'un professionnel de la santé peut me conseiller est toujours :**

- A. Un médicament prescrit ;
- B. Un médicament sans ordonnance ou un produit naturel ;
- C. Cela dépend, parfois il n'y a pas nécessité de prendre un médicament.



**7 : Je m'interroge sur le mélange alcool et médicaments. Que dois-je faire ? :**

- A. Vous interrogez votre médecin ou votre pharmacien ;
- B. Vous vérifiez sur la notice si vous pouvez prendre de l'alcool ;
- C. Pas de souci puisque vous ne conduisez pas.

**8 : Les médicaments que l'on peut se procurer sans ordonnance à la pharmacie :**

- A. N'ont pas d'effets secondaires ;
- B. Conviennent à tout le monde ;
- C. Il n'y a pas de règle.

**9 : Vous consommez des médicaments prescrits depuis un certain temps pour un problème de santé chronique. Un ami vous conseille un produit naturel qui conviendrait parfaitement pour votre condition :**

- A. Vous consultez votre médecin ou votre pharmacien avant de l'utiliser ;
- B. Vous cessez vos médicaments prescrits pour l'utiliser ;
- C. Vous continuez de prendre vos médicaments prescrits tout en essayant le produit naturel.

**10 : Votre médecin vous a prescrit un médicament pour un problème de santé chronique. Vous commencez à le prendre, mais ne ressentez aucun effet même après quelques jours :**

- A. Vous cessez de prendre votre médicament ;
- B. Vous communiquez avec votre pharmacien ou votre médecin pour comprendre ce qui se passe ;
- C. Vous doublez la dose de votre médicament.

**11 : Vous devez administrer un médicament sous forme liquide à un enfant, pour ce faire :**

- A. Vous en parlez à votre pharmacien ou votre médecin pour connaître les modalités ;
- B. Vous utilisez l'instrument gradué vendu avec le médicament ;
- C. Vous lui donnez une petite gorgée.

**12 : Comment sait-on qu'un médicament est autorisé pour être vendu ? :**

- A. Il possède un numéro d'autorisation et une mention « médicament autorisé » ;
- B. Il est vendu en pharmacie ;
- C. On le trouve sur Internet.

**13 : La notice :**

- A. Sert uniquement s'il y a des effets secondaires ;
- B. N'est utile qu'à la première prise de médicament ;
- C. Doit être conservée dans la boîte du médicament.

**14 : Ce pictogramme  indique:**

- A. Qu'il ne faut pas conduire sans avoir lu la notice du médicament ;
- B. Qu'il ne faut pas conduire sans l'avis d'un professionnel de santé ;
- C. Qu'il ne faut pas conduire et que pour la reprise de la conduite il faut demander l'avis d'un médecin.

**15 : Je peux prendre mes médicaments avec :**

- A. Un grand verre d'eau ;
- B. Un verre de vin ;
- C. Un verre de pamplemousse.



**16 : Que puis-je faire pour aider à lutter contre la résistance des antibiotiques :**

- A. Utiliser des antibiotiques en cas d'infection virale ;
- B. Respecter la prescription : dose, fréquence et horaires des prises d'antibiotiques ainsi que la durée du traitement ;
- C. N'utiliser un antibiotique que lorsque mon médecin l'a prescrit.



## REPONSES

### 1 : A et B

Il est important de prévenir les professionnels de santé qui vous entourent lorsque vous pensez que l'un de vos médicaments est à l'origine d'un effet indésirable. Vous avez la possibilité de déclarer un effet indésirable en remplissant un formulaire disponible sur le site internet de l'agence française de sécurité sanitaire des produits de santé (Afssaps) et à envoyer au centre régional de pharmacovigilance de votre région (dont les coordonnées sont indiquées au dos du formulaire de déclaration), mais il est toujours conseillé d'en parler avec votre médecin ou votre pharmacien.

### 2 : C

Certaines personnes peuvent être tentées de conseiller leur médicament à leur proche ou leur recommander certains produits sans ordonnance ou naturels. Il faut savoir que l'effet ou les risques d'un médicament peuvent varier d'une personne à l'autre selon notamment l'âge, le sexe, le poids ou l'état de santé. Aussi, il est préférable de se renseigner auprès de son médecin, de son pharmacien ou de son infirmier avant de faire usage d'un médicament.

### 3 : B

Assurez-vous de toujours avoir une liste **complète et à jour** des médicaments que vous prenez. Elle doit inclure vos médicaments prescrits (par votre médecin généraliste ou un par un spécialiste) et achetés sans ordonnance, vos produits naturels ainsi que vos vitamines et suppléments alimentaires. Ajoutez-y vos allergies médicamenteuses et demandez l'aide de votre pharmacien pour la constituer. Si vous disposez d'un dossier pharmaceutique, votre pharmacien d'officine pourra vous aider à constituer cette liste.

**Pour constituer cette liste, n'oubliez pas** : un médicament est le plus souvent désigné par deux noms : un nom de marque et un nom scientifique, appelé dénomination commune (cette dénomination commune désigne la substance active). On identifie souvent le générique par cette dénomination commune. Une même substance active peut correspondre à plusieurs noms de marque.

### 4 : C

De façon générale, les médicaments doivent être conservés dans un endroit à l'abri de l'humidité, à l'abri d'une lumière directe, à l'abri du gel ou d'une chaleur excessive et hors de la portée des enfants. Certains médicaments peuvent toutefois nécessiter des conditions particulières (au réfrigérateur par exemple). En cas de doute, consultez votre pharmacien.

### 5 : C

De nos jours, les renseignements sur les médicaments sont abondants dans les médias d'information, particulièrement depuis l'avènement d'internet. Les renseignements sur les médicaments que l'on peut y trouver ne sont cependant pas toujours fiables ou adaptés à votre état de santé. Soyez critique! Assurez-vous que les renseignements que vous trouvez proviennent d'une source fiable et reconnue, par exemple, d'un ordre professionnel (ex. : Conseil de l'Ordre des Médecins ou des Pharmaciens) ou d'un organisme gouvernemental (ex. : Agence Française de Sécurité Sanitaire des Produits de Santé, Haute Autorité de Santé) ou du Ministère de la Santé.



**6 : C**

Les médicaments ne sont pas toujours la seule ou la première solution envisageable pour prévenir ou soulager un problème de santé. Le rôle de votre médecin et de votre pharmacien est de vous aider à rester en santé, pas nécessairement de vous prescrire ou de vous recommander des médicaments. D'autres traitements comme des modifications dans vos habitudes de vie peuvent vous être recommandées (par exemple une modification de votre alimentation).

**7 : A et B**

Plusieurs médicaments ne doivent pas être pris avec de l'alcool. Par exemple, l'alcool peut augmenter l'effet des médicaments qui causent de la somnolence ou irriter votre estomac. Soyez prudent! Lisez la notice et consultez votre pharmacien en cas de doute.

**8 : C**

Les médicaments que l'on peut se procurer sans ordonnance à la pharmacie ne sont pas sans risques même s'ils sont plus accessibles. En effet, comme les médicaments sur ordonnance, ils peuvent présenter des effets indésirables, des interactions médicamenteuses et peuvent être contre-indiqués pour certaines personnes.

**9 : A**

Les produits naturels ne sont pas sans risques. Si un produit a un effet, c'est qu'il provoque des changements dans l'organisme. De la même manière que les médicaments d'ordonnance ou de vente libre, ils peuvent avoir des effets indésirables et être même contre-indiqués pour certaines personnes (par exemple : femme enceinte). Informez toujours votre médecin et votre pharmacien des produits naturels que vous consommez et consultez-les avant d'en utiliser.

**10 : B**

Les médicaments sont très différents les uns des autres dans leur mode d'action. Par exemple, certains médicaments peuvent prendre un certain temps avant d'agir, c'est le cas notamment de certains antidépresseurs. En conséquence, il est important de bien se renseigner auprès de son médecin et de son pharmacien pour bien comprendre ses traitements et leurs effets attendus. Certains peuvent interagir avec des médicaments qui vous ont été prescrits par ailleurs

**11 : A et B**

Assurez-vous de toujours bien comprendre le traitement de votre enfant et la façon de bien l'administrer. Mesurez les doses avec la plus grande précision. Si vous devez mesurer une dose d'un médicament sous forme liquide, il est préférable d'utiliser un instrument gradué (seringue ou gobelet).

**12 : A**

La mention « médicament autorisé » suivi du numéro d'autorisation qui figure sur l'emballage d'un médicament signale que celui-ci a bien reçu une autorisation de mise sur le marché (AMM) avant commercialisation. Cette AMM atteste de l'efficacité, de la sécurité d'emploi, de la qualité de la fabrication et de l'utilisation du médicament.

### 13 : C

La notice est un document de référence. Elle informe sur les éventuels effets indésirables et la manière de les gérer. Afin de ne pas la perdre et pour identifier complètement un médicament, ne pas jeter la boîte et toujours ranger la notice dans celle-ci.

### 14 : C

Les médicaments peuvent être dangereux pour la conduite automobile, le plus souvent parce qu'ils entraînent une somnolence. Mais il existe d'autres effets qui ont un retentissement sur la conduite (vertiges, troubles visuels...). Ne méseztimez pas ces effets qui peuvent multiplier par 2 à 5 le risque d'accident. Respectez les consignes que vous donnent les pictogrammes figurant sur la boîte de médicament :



### 15 : A

Les médicaments utilisés par voie orale se prennent toujours avec de l'eau. De nombreux médicaments peuvent interagir avec l'alcool ou avec certains jus de fruits notamment le jus de pamplemousse.

### 16 : B et C

Les antibiotiques n'ont aucune efficacité sur les virus, en aucun cas ils ne permettent de guérir ou d'abrèger une infection virale. Parmi les infections virales on retrouve la grippe, les rhumes, la plupart des rhinopharyngites et des angines...

Si l'antibiotique est pris à une dose insuffisante ou pendant une durée trop courte ou trop longue, on favorise l'apparition de bactéries résistantes. De la même façon, l'horaire des prises doit être respecté afin d'éviter les interactions possibles avec l'alimentation et la moindre efficacité de l'antibiotique.

Même si les symptômes que vous présentez ressemblent à ceux pour lesquels le médecin vous a prescrit un antibiotique, ne reprenez pas un antibiotique de votre propre chef. Il est important de consulter votre médecin qui peut faire la différence entre une infection d'origine virale et bactérienne.

**Bien utiliser les médicaments passe par une bonne connaissance de ceux-ci afin d'éviter des effets indésirables.**

**N'hésitez pas à solliciter les professionnels de santé qui vous entourent.**