

UE 109 : Conseil sans ordonnance - divers

université
PARIS-SACLAY

FACULTÉ DE
PHARMACIE

2024

4A Officine

Dr Tony Zhao

Pharmacien titulaire

Sommaire

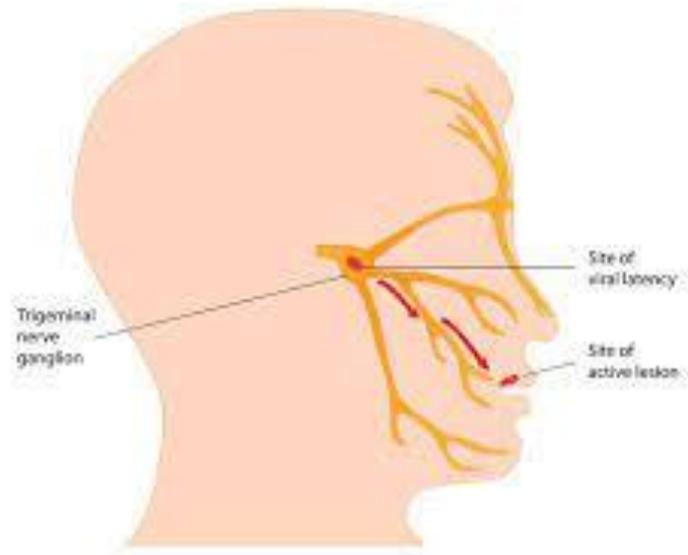
- I. Herpes labial
- II. Mal de transport
- III. Trouble du sommeil
- IV. Antisepsie d'une plaie

I. Herpès labial

Généralités

- ▶ Aussi appelé « bouton de fièvre »
- ▶ Infection virale avec primo-infection et réactivation possible
- ▶ Virus *Herpes simplex 1*
- ▶ Infection des cellules épithéliales (symptomatiques ou non)
- ▶ Infection des cellules nerveuses sensibles
- ▶ Migration dans les ganglions sensitifs innervant le territoire cutané
- ▶ Touche souvent les lèvres (nez, bouche, yeux etc)
- ▶ Humain = seul réservoir de HSV 1
- ▶ Prévalence très élevée au moins 2/3 de la population adulte
- ▶ Déclenché par la fatigue, le soleil, les règles, la fièvre ...

Herpesvirus (type 1) Infection



I. Herpès labial

Symptômes

- ▶ Différents phases
- ▶ Prodrome : picotement, sensation de brûlure, démangeaisons (~6h)
- ▶ Prémices des vésicules : tâches plates (macules), rougeur par endroit (~12h)
- ▶ Eruption de papules : petites cloques se forment et grossissent (~24h)
- ▶ Eruption en bouquet de vésicules : liquide clair excréant des virus (~quelques jours)
- ▶ Ulcération : vésicules éclatent → plaie douloureuse, sensible
- ▶ Croûtes : assèchement de la plaie, croûtes jaunâtres

→ Cycle d'environ 14 jours. La contagiosité commence avant les symptômes et finit après le stade croûte. La guérison ne laisse pas de cicatrice.

I. Herpès labial



I. Herpès labial

Traitement

- ▶ En 1^{ère} intention selon les recommandations : abstention thérapeutique ou désinfection des lésions
- ▶ Sinon proposer aciclovir crème à 5% (en complément du désinfectant)
- ▶ Antiviral permettant d'atténuer les symptômes
- ▶ A appliquer le plus tôt possible
- ▶ 5 applications / jour soit toutes les 3-4h
- ▶ Se laver les mains avant et après manipulation
- ▶ Utiliser un coton tige pour l'application si besoin

I. Herpès labial

Traitement alternatif

- ▶ Moins éprouvé
- ▶ Urgo filmogel® « bouton de fièvre » : permet de déposer un film à la surface du bouton de fièvre. Limite la contagiosité
- ▶ Compeed® « bouton de fièvre » : permet d'isoler l'herpès et de limiter la contagiosité. Cicatrisant.
- ▶ HE (Tea tree, ravintsara, niaouli ...)
- ▶ Homéo ...

I. Herpès labial

CONSEILS DU PHARMACIEN

- ▶ Eviter d'entrer en contact avec un nourrisson, des personnes âgées ou des immunodéprimés
- ▶ Eviter les rapports oro-génitaux
- ▶ Eviter de partager le linge de toilette
- ▶ Ne pas utiliser de maquillage sur la lésion et autour
- ▶ Ne pas toucher l'herpès en dehors de l'application

II. Mal de transport Généralités



- ▶ Aussi appelé cinétose
- ▶ Tous types de transport (mer, air, terre etc)
- ▶ Réaction de l'organisme lorsqu'il y a conflit dans les différents signaux envoyés par les récepteurs environnementaux (visuels, vestibulaires, proprioceptions)
- ▶ Sur une longue durée, adaptation de l'organisme
- ▶ Fréquent entre 2-12 ans, chez la femme enceinte

II. Mal de transport

Symptômes

- ▶ Sensation de malaise
- ▶ Transpiration
- ▶ Hypersalivation
- ▶ Nausées, vomissements
- ▶ Manque d'appétit voir dégoût des aliments

II. Mal de transport

Traitement

- ▶ 1^{ère} intention : antihistaminique H1
- ▶ Respect des contre-indications : importance de l'interrogatoire
- ▶ CI : rétention d'urine (hypertrophie bénigne de la prostate, glaucome par fermeture de l'angle et l'âge selon les formes galéniques)
- ▶ Effets anticholinergique et antihistaminique centraux (sédatifs)
- ▶ Peuvent être utilisés en préventif et curatif

II. Mal de transport

Traitement

Mercalm® : dimenhydrinate 50 mg + caféine 10 mg

- ▶ A partir de 6 ans
- ▶ Caféine permet de contre balancé l'effet de somnolence
- ▶ 6 ans à 15 ans : $\frac{1}{2}$ à 1 cp par prise, max 3/jour

II. Mal de transport

Traitement

Nausicalm® : dimenhydrinate 0,472g/150mL (sirop)

- ▶ A partir de 2 ans
- ▶ Indiqué également dans les nausées et vomissements sans fièvre
- ▶ 2-6 ans : 2,5 à 5 mL par prise, maximum 5 fois/jour
- ▶ 6-15 ans : 5 à 10 mL maximum 5 fois/jour
- ▶ Adulte : 1 à 2 cuillères à soupe maximum 4 fois/jour
- ▶ Existe en forme stick et en gélule

II. Mal de transport

Traitement

Nautamine® : diphényndramine 90 mg

- ▶ A partir de 2 ans
- ▶ 2-6 ans : ½ cp écrasé ½ heure avant le départ. Maximum 4 fois/jour
- ▶ 6-12 ans : 1 cp par prise, maximum 4 fois/jour
- ▶ > 12 ans et adulte : 1 à 1,5 cp par prise. Maximum 6 cp/jour

II. Mal de transport

Traitement alternatif

- ▶ Rhizome de gingembre
- ▶ Extrait de menthe poivrée

- ▶ Homéopathie
- ▶ (ne pas référencer les bracelets antinauséux !)

II. Mal des transports

CONSEILS DU PHARMACIEN

- ▶ Eviter les repas copieux avant le voyage
- ▶ Eviter l'alcool, le café
- ▶ Maintenir la tête droite pendant le voyage et éviter les mouvements
- ▶ Regarder loin devant
- ▶ S'installer dans le sens de la marche du transport
- ▶ Choisir une place au centre du transport
- ▶ Ne pas lire
- ▶ Conduire sans accroc

III. Trouble du sommeil

Généralités

- ▶ Touche 20% de la population
- ▶ Manque de quantité ou de qualité de sommeil
- ▶ Retentissement diurne
- ▶ Des fois lié à l'anxiété
- ▶ Touche plus souvent les femmes et augmente avec l'âge
- ▶ Eviter la chronicisation
- ▶ Reconnaître les troubles de l'endormissement ou les réveils nocturnes



III. Trouble du sommeil

Traitement

Phytothérapie - Aromathérapie

- ▶ Valériane
- ▶ Passiflore
- ▶ Aubépine
- ▶ Eschscholtzia
- ▶ Huile essentielle de lavande

➔ De nombreux produits existent : privilégier le statut médicament et comparer les concentrations

III. Trouble du sommeil

Traitement

- ▶ Mélatonine
- ▶ Statut complément alimentaire si < 2 mg
- ▶ ≥ 2 mg = médicament
- ▶ Forme à libération immédiate LI
- ▶ Forme à libération prolongée
- ▶ Association possible avec de la phytothérapie/aromathérapie
- ▶ Généralement 30 min à 1H avant le coucher

III. Trouble du sommeil

Traitement

- ▶ Doxylamine 15 mg (Donormyl®) : anti-histaminique H1 à effet sédatif et atropinique
- ▶ Respecter les CI (glaucome par fermeture de l'angle, rétention urinaire, troubles uréthro-prostatiques)
- ▶ A utiliser avec précaution chez le sujet âgé
- ▶ Commencer par ½ comprimé, immédiatement avant le coucher
- ▶ Augmenter à 1 cp si nécessaire
- ▶ Maximum 2 cp

III. Trouble du sommeil

CONSEILS DU PHARMACIEN

- ▶ Heure de lever/coucher régulier
- ▶ S'exposer à la lumière pendant la journée (matin +++)
- ▶ Pratiquer une activité physique régulière dans la journée (matin +++) sinon au moins 2h avant le coucher
- ▶ Préconiser des activités relaxantes avant d'aller dormir (lecture ...)
- ▶ Dormir dans un environnement adéquat (obscurité, silence, matelas et oreiller, température ~18°C)
- ▶ Eviter les écrans au moins 2h avant le coucher
- ▶ Eviter les excitants après 16h (alcool, thé, café, tabac)
- ▶ Eviter certains médicaments le soir (β -bloquants, corticoïdes, diurétiques)
- ▶ Eviter les siestes trop longues
- ▶ Eviter les repas trop riches ou trop légers le soir

IV. Antiseptie d'une plaie

DEFINITION
ANTISEPTIQUE ?
DESINFECTANT ?

IV. Antiseptie d'une plaie

Un antiseptique est une substance ou préparation qui permet le traitement des tissus vivants en tuant/ou en inhibant les bactéries, les champignons ou les spores bactériennes et/ou en inactivant les virus avec l'intention de prévenir ou de limiter la gravité d'une infection sur ces tissus (définition européenne).

Qualifie ou désigne un produit chimique ou physique qui tue ou inactive des micro-organismes tels que les bactéries, les virus et les protozoaires, sur des surfaces inertes comme le matériel à usage médical, les surfaces (sols, murs, conduites d'eau, sièges, poignées de porte, brancards, intérieurs d'ambulance...).

IV. Antiseptie d'une plaie

Paramètres dans le choix d'un antiseptique

- ▶ Efficacité, spectre d'action
- ▶ Tolérance
- ▶ Rapidité d'action
- ▶ Pouvoir de rémanence
- ▶ Ne pas être inhibé par les matières organiques (sang, pus, etc)
- ▶ Stabilité dans le temps et conservation

IV. Antiseptie d'une plaie

Chlorhexidine (biguanides)

Formes	Spécialités	Indications	Délai action	CI/EI	Incompatibilité / PE
Sol moussantes	HIBISCRUB® 4% SEPTIVON® 1,5%	Lavage chir mains Nettoyage aff peau		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Allergie ▪ Cerveau, méninges, conduit auditif avec tympan percé ▪ Yeux ▪ Muqueuse 	<ul style="list-style-type: none"> • Lumière • Matières organiques • Savons
Sol alcooliques	SEPTREAL® 0,5%	Peau, prélèvement, chirurgie	1 min		
Sol aqueuses	DIASEPTYL® 0,5%	Peau, plaies	5 min		
Bain de bouche	PAROEX® 0,12%	Ttt appoint inf locales en stomato	1 min		

IV. Antiseptie d'une plaie

Dérivés iodés					
Formes	Spécialités	Indications	Délai action	CI/EI	Incompatibilité / PE
Povidone aqueuse	Betadine dermique 10%®	Peau, (muqueuse)	1 min	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Allergie ▪ CI < 1 mois et prudence ensuite (rincer) ▪ Grands brûlés • Grandes surfaces • Dysthyroïdies • Irritations 	<ul style="list-style-type: none"> • Conservation 1 mois • Eviter d'utiliser un autre antiseptique
Povidone aqueuse	Betadine sol vaginale 10%®	Muqueuse			
Povidone moussante	Betadine scrub® 4%	Peau, main en pré-op	Décoloration mousse		

IV. Antiseptie d'une plaie

Dérivés chlorés

Formes	Spécialités	Indications	Délai action	CI/EI	Incompatibilité / PE
Solution	Dakin Cooper stabilisé® 0,5%	Peau, muqueuse	1-3 min	▪ Rare cas d'irritation (peau lésée)	<ul style="list-style-type: none">• Matières organiques• Air, lumière, chaleur• Dakin 1 an (bien refermer)• Amukine 6 mois (idem)
Solution	Amukine® 0,06%	Peau, muqueuse	1-3 min		

IV. Antiseptie d'une plaie

Alcools				
Spécialités	Indications	Délai action	CI/EI	Incompatibilité / PE
Alcool 70°	Peau	1 min	<ul style="list-style-type: none">• Irritant• Passage systémique• Pas sur les muqueuses et les plaies	<ul style="list-style-type: none">• 1-6 mois après ouverture
Alcool 90°	Matériel	1 min	<ul style="list-style-type: none">• Grandes surfaces• < 30 mois	

IV. Antiseptie d'une plaie

Autres					
DCI	Spécialités	Indications	Délai action	CI/EI	Incompatibilité / PE
Hexamidine	Hexomédine®	Peau, inf cut, yeux	Long (>3 min)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Muqueuse ▪ Effet systémique 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Savons ▪ 7-15 jours après ouverture
Chlorhexidine Benzalkonium Alcool benzylique	Biseptine®	Peau	1 min	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Idem 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Savons ▪ 1 mois après ouv
Chlorhexidine Hexamidine Chlorocrésol	Cytéal® sol moussante	Nettoyage et antiseptie plaie muqueuse		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Irritant ▪ Risque d'effet systémique ▪ Idem (sauf muqueuse) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Rincer après application ▪ Muqueuse = dilution 1/10

SPECTRE D'ACTIVITE DES ANTISEPTIQUES

	Gram +	Gram -	Champignons	Virus env.	Virus nus
Chlorhexidine	+++	++	+	+/-	-
Dérivés iodés	+++	+++	++	++	++
Dérivés chlorés	+++	+++	++	++	++
Alcool 70°	++	++	+	+	+/-
Amm. Quat.	+	+	+	+	-
Hexamidine	+	-	+	+	-
Eau oxygénée 10 vol	+	+	+/-	+	-

IV. Antiseptie d'une plaie

- ▶ L'éosine n'est pas un antiseptique
- ▶ Ne pas utiliser 2 antiseptiques en même temps (ni de mélange)
- ▶ Eviter le contact prolongé (pansement occlusif)
- ▶ Appliquer l'antiseptique sur la peau ou la muqueuse propre et sèche
- ▶ Antiseptie en 2 ou 5 temps
- ▶ Respecter le temps d'application/ temps de séchage
- ▶ Utiliser des compresses stériles
- ▶ Rincer après utilisation de savon/solution moussante
- ▶ Protéger la plaie par un pansement
- ▶ Utiliser des sutures adhésives si nécessaire
- ▶ Vérifier la vaccination antitétanique

Merci de votre attention !

