

# UE200 Service Sanitaire Automédication

Pr C. Fernandez – Pr P. Hindlet  
Pharmacie clinique

# Programme

<b>Jours 9h00 – 12h30</b>	<b>Type d'enseignement</b>	<b>Enseignant</b>
<b>10/02</b>	<b>CM ED</b>	<b>P. HINDLET</b>
<b>03/03</b>	<b>ED</b>	<b>C. FERNANDEZ</b>
	<b>Travail personnel</b>	
<b>17/03</b>	<b>ED</b>	<b>P. HINDLET</b>
	<b>Travail personnel</b>	
<b>31/03</b>	<b>Examen</b>	<b>P. HINDLET C. FERNANDEZ</b>

# Définition(s)

- L'automédication correspond à la prise d'un ou plusieurs médicaments par initiative personnelle en l'absence de prescription médicale ou à une modification apportée sciemment au protocole d'une ordonnance
- Pas de limites précises  
Pas de définition consensuelle  
Pas de définition des spécialités d'automédication :  
*« Médicaments ayant l'AMM adaptés au traitement personnel de certains troubles mineurs (douleur, céphalée, fièvre ...) ou de situations établies (aide à la désaccoutumance du tabac ...) sans recours nécessaire au Médecin »*
- Ce concept n'apparaît pas dans le code de Santé Publique

# Définition(s)

- AMELI :
  - « L'automédication consiste à se soigner avec des médicaments accessibles en pharmacie, sans prescription médicale. Il convient de vérifier avec votre pharmacien s'ils sont adaptés à votre besoin et d'échanger avec votre médecin dans le cas où vous suivez un traitement médicamenteux régulier »

# Définition(s)

1. L'automédication se résume à une prise de médicaments sans prescription.<sup>2</sup>
2. L'automédication est la réponse d'un individu à un symptôme jugé banal et ne justifiant pas la consultation d'un médecin.<sup>3</sup>
3. L'automédication est le fait potentiel ou usuel de s'administrer un médicament (ou d'en administrer à ses enfants) sans avis médical et *a fortiori* sans ordonnance.<sup>4</sup>
4. Pratiquer l'automédication, c'est prendre un médicament de sa propre initiative.<sup>5</sup>
5. L'automédication apparaît [...] comme une réponse non exclusivement curative de l'individu à la perception d'une situation problème en rapport avec la santé et n'incluant pas nécessairement le recours aux médicaments.<sup>6</sup>
6. L'automédication désigne le comportement par lequel un individu recourt de sa propre initiative à un médicament, c'est-à-dire à une substance dont il attend un effet de type pharmacologique bénéfique pour sa santé, que ce soit en vue d'une prévention primaire, d'une amélioration de sa condition ou de ses performances, du soulagement de ses symptômes ou d'une modification du cours d'une maladie qui l'affecte.<sup>7</sup>

# Quelles catégories de médicaments ?

- Pas de définition spécifique = toutes les spécialités non listées, en liste I ou II.
- Ce sont :
  - **Les médicaments conseils** : médicaments délivrés sans prescription, non listés, directement conseillés à l'officine, en vente libre, achetés à la suite d'un « conseil thérapeutique à l'officine »
  - **Les médicaments grand public** : médicaments bénéficiant d'une publicité grand public télévisuelle, presse, officines, et de ce fait souvent demandés par les usagers.
  - **Les médicaments semi-éthiques** : non listés, pouvant être remboursés sur prescription médicale ou directement accessibles sans ordonnance (Aspégic® ou Doliprane®), et pour lequel la publicité est interdite.
  - **Les switches** : la transformation par le laboratoire d'un médicament de prescription médicale à un médicament d'autoprescription (Imodium® à Imosel®), avec passage à un prix libre et autorisation de faire de la publicité.
- Publicité autorisée et prix sont libres
- Consommation justifiée ? traitements symptomatiques des syndromes grippaux/substances amincissantes.
- Responsabilisation du patient. Inégalité sociale dans l'accès aux médicaments dits de confort.

# Qui ?

- Deux comportements
  - Autoprescription ponctuelle  
Généralisée en réponse à des maux passagers/symptômes  
Sujet informé : autoprescription éclairée et déclarée  
(« charte de l'automédication »)
  - Autoprescription habituelle « sauvage »  
prolongée, cachée, concurrente d'un traitement

# Quoi ?

## Deux sources :

- *Le médicament légalement accessible* (10 % de la dépense)
  - Le profil idéal :
    - Actif et peu toxique
    - Évalué
    - Conditionnement adapté (Tt bref)
    - Information annexée
    - AMM, non remboursable
    - Prix abordable
  - Dispensation :
    - Grand public « OTC » : accès libre
    - Produit conseils – Pharmaciens
    - Produits remboursables si prescrits
- *Le médicament listé (pharmacie familiale)*
  - Echappe à « toute garantie »  
validité, indication, protocole
  - Anormalement développé en France : 13% des autoprescriptions

# Les exemples les plus fréquents

- Mal de tête :
  - paracétamol, aspirine, AINS faiblement dosés (ibuprofène/kétoprofène)
- Rhume :
  - antalgiques, désinfectants locaux et vasoconstricteurs faiblement dosés
- Nettoyage d'une plaie :
  - anti-infectieux locaux et pansements
- Mal de gorge :
  - anti-infectieux locaux et anesthésiques locaux
- Toux :
  - dérivés de la codéïne ou sirops expectorants
- Fièvre :
  - paracétamol, aspirine
- Brûlure :
  - anti-infectieux et pansement stérile
- Coup, entorse, traumatologie :
  - AINS crème en application locale, antalgique de palier I

# Les exemples les plus fréquents

- Fatigue :
  - vitamines, fortifiants, d'efficacité non validée ?
- Epigastralgie, reflux gastro-oesophagien :
  - anti-H2 faiblement dosés, anti-acides
- Diarrhée :
  - lopéramide et solutés de réhydratation (les antiseptiques digestifs et les probiotiques ont une efficacité non clairement démontrée)
- Constipation :
  - laxatifs non irritants (fibres, PEG, sucres osmotiques)
- Nervosité :
  - médicaments non validés
- Insomnie :
  - sédatifs ...
- Démangeaison :
  - anti-H1, médicaments topiques
- Œil irrité :
  - anti-infectieux locaux, voire traitement anti-inflammatoire si pas de CI
- Phytothérapie ...

# Les plus vendus



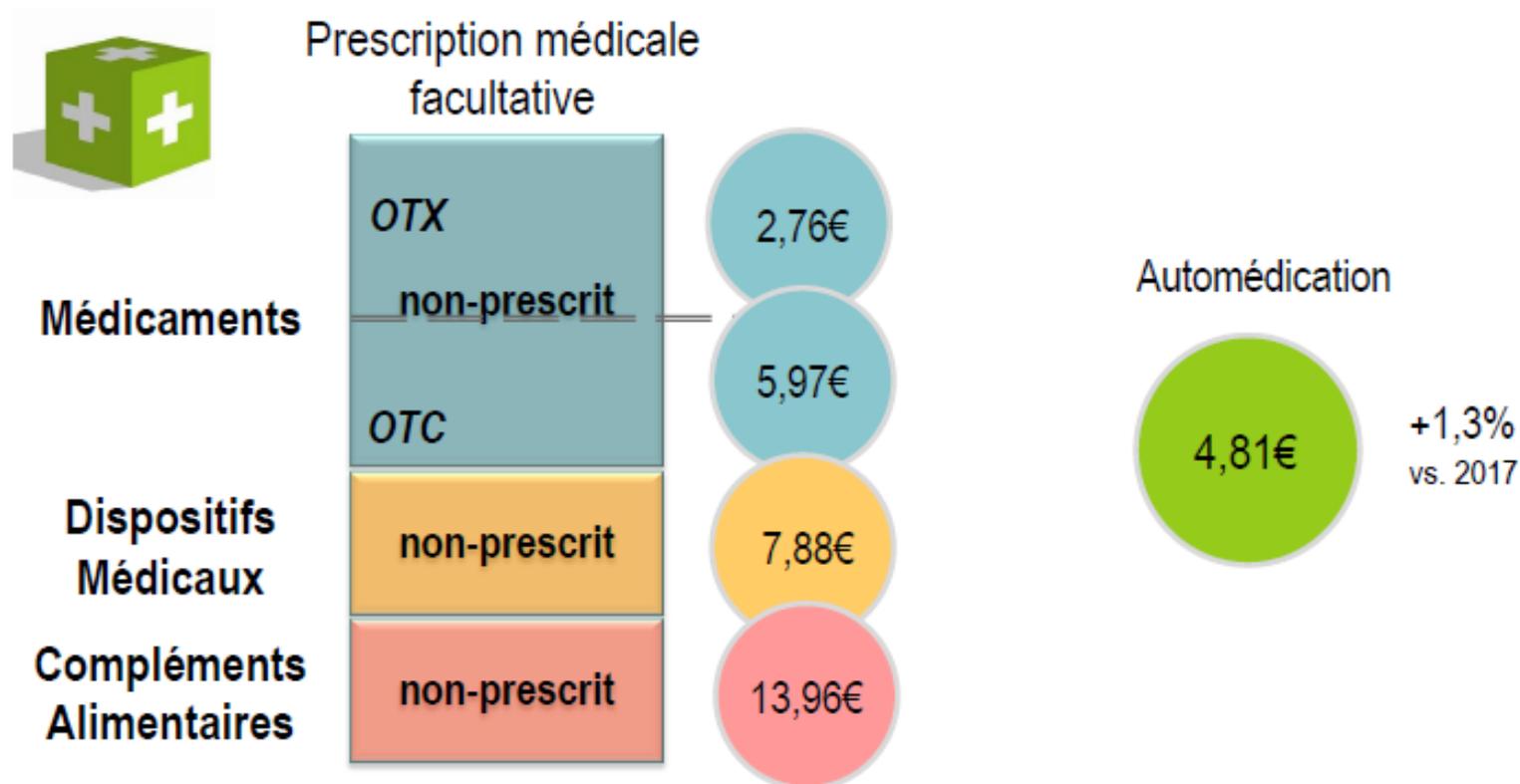
OTC strict en 2018 :  
les Français restent fidèles à leurs marques

Classement des marques*	2017	2018
DOLIPRANE® - SANOFI	2	1
OSCILLOCOCCINUM® - BOIRON DOLISOS	1	2
HUMEX® - URGO	3	3
DAFLON® - SERVIER	8	4
NICORETTE® - JOHNSON SANTE FRANCE	4	5
LYSOPAINE® - SANOFI	5	6
STREPSILS® - RECKITT BENCKISER	6	7
BEROCCA® - BAYER SANTE FAMILIALE	7	8
NUROFENFLASH® - RECKITT BENCKISER	9	9
PIERRE FABRE TOTAL® - PIERRE FABRE SANTE	10	10

# Combien cela coûte ?

Des prix stables sur 2018

Prix de vente moyen pondéré hors prescription en € (PPUB – TTC)

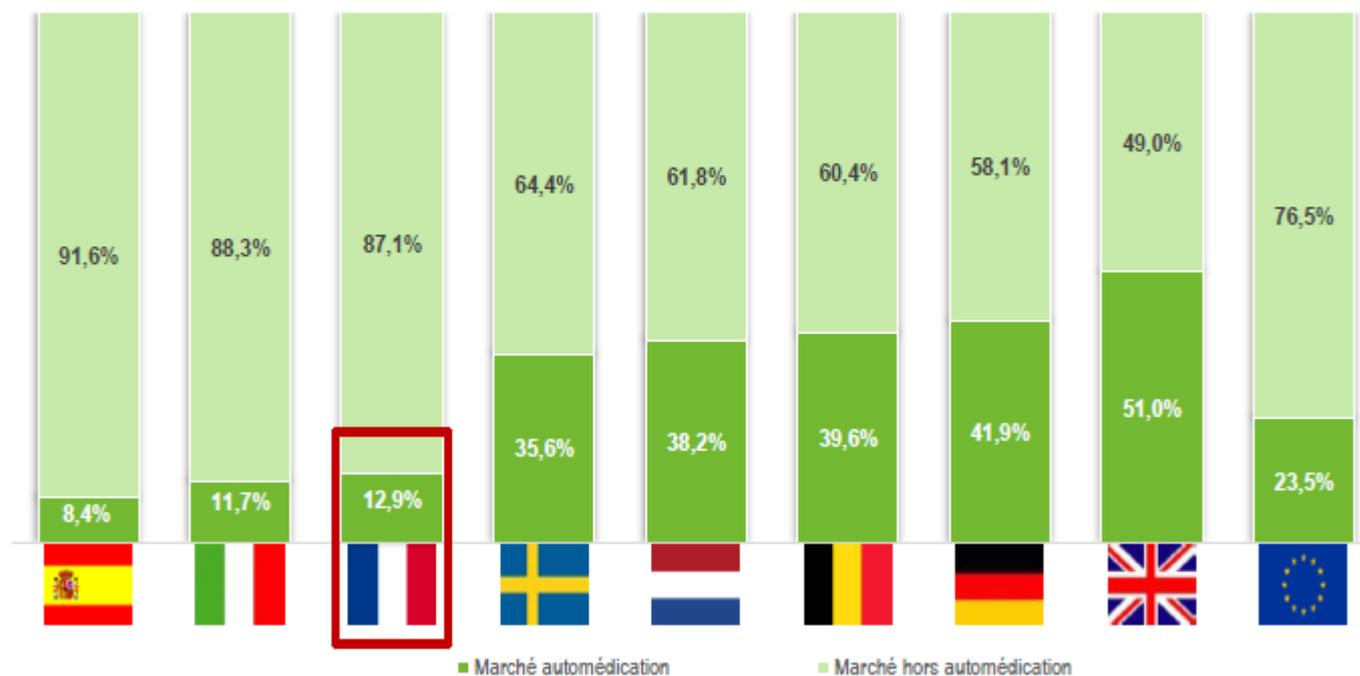


# La France en Europe



## L'automédication en retrait en France

Un marché 50% moins important en moyenne que nos voisins



# Qu'est ce qui conduit à l'automédication ?

- L'expérience personnelle
- L'expérience d'autrui
  - Témoignages, opinions influentes, publicité
- L'information :
  - Télévision, magazines, journaux, internet, réseaux sociaux...
- L'éducation
  - Transmission familiale
- Association entre plusieurs facteurs

# Pourquoi se soigner seul ?

- Les connaissances :
  - Basées sur l'expérience personnelle (cuiller à café de miel dans une boisson chaude)
- L'insatisfaction par rapport au corps médical :
  - Mauvaises relations
  - Pas assez disponible
  - Pas assez réactif (pas assez de prescriptions de médicaments)
- L'appropriation de sa maladie :
  - Autonomie par rapport au corps médical, décider de ce que l'on veut faire : principe du droit à l'autodétermination
- Phénomène social :
  - Faire comme tout le monde, suivre une mode, « on dit que... »
- Facilité d'accès aux médicaments
- Argument économique :
  - Ne pas payer une consultation
- Gestion du temps :
  - Pas le temps d'aller voir le médecin

# De l'automédication à la consultation

- L'automédication s'arrête quand :
  - Le symptôme disparaît
  - La personne décide de consulter car ne se sent plus capable de se soigner seule :
    - Fonction de la durée et de l'intensité des symptômes

# Sources d'information

- Proches :
  - Source la plus reconnue, rarement remise en cause
  - Remèdes de grand-mère, transmission par la mère
  - Cas des proches ayant des connaissances médicales (la personne ne se renseignera pas ailleurs)
- Livres :
  - Littérature abondante, disponible partout (rayons des supermarchés)
  - Différents types :
    - Conseils d'hygiène et médecines alternatives : peuvent renvoyer vers un médecin
    - Liste des symptômes pour chaque maladie : orientent en général vers le médecin
    - Médicaments : sont prudents et orientent vers médecin/pharmacien mais donnent suffisamment d'info pour que le lecteur les utilise
    - Livres grand public faisant état de l'avis du seul auteur : dangereux si l'auteur est célèbre, charismatique...
- Presse
  - Magazines gratuits disponibles en pharmacie : soins paramédicaux, point d'actualité sur une maladie, entretien avec un médecin...
  - Magazines en kiosque :
    - Pas toujours écrits par des professionnels de santé
    - Très lus car achetés pour d'autres articles (Elle, Marie-Claire)
    - Adoptent souvent un couvert scientifique
- Télévision
  - Emissions grand public à heure de forte écoute
  - Animateurs et invités identifiés comme « sérieux » donc information considérée comme fiable, interaction avec le public en direct, témoignages (identification du spectateur)
- Internet
  - Souvent consulté et considéré comme vrai
  - Accès facile de par la richesse de l'info disponible
  - Souvent consulté pour avoir une idée avant d'aller voir le médecin
  - Possibilité d'acheter des médicaments
  - Blogs et opinions de personnes qui partagent le même problème
  - Garantie d'anonymat
- Professionnels de santé
  - Différences entre ville et campagne, selon accessibilité
  - Le pharmacien ne dirige pas systématiquement vers un médecin mais est considéré comme un « garde fou » : peuvent contrôler les CI et les durées de traitement
- Notices des médicaments

Information hétérogène, riche, parfois peu fiable et difficile à interpréter

# Des points positifs : les bénéfiques

- Réduction des dépenses :
  - consultations évitées, réduction des dépenses pharmaceutiques (remboursées)
  - Prise de conscience des coûts
- Attitude active envers la maladie
- Gain de temps

# Le revers de la médaille : les risques

- Thérapeutique inadéquate
- Population vulnérable : âge, polypathologie
- Masquage des symptômes
- Interactions médicamenteuses
- Effets indésirables :
  - ⇒ Retard au diagnostic
  - ⇒ Prise en compte par le médecin
  - ⇒ Nouveau signe clinique ou EI méconnu
  - ⇒ Déclaration de pharmacovigilance.....

# Bénéfices / risques

## Bénéfices

- Temps
- Autosatisfaction face à la réussite, valorisant
- Economique (parfois)

## Risques

- Erreur dans le choix du médicament
- Interactions
- Toxicité
- Dépendance
- Peu retarder la prise en charge médicale
- Rupture avec le médecin si pas consulté/informé ?

# Publicité sur les médicaments

- Oui mais :
  - Ne doit pas provoquer de danger pour la Santé Publique,
  - Ne doit pas être trompeuse,
  - Peut avoir un rôle d'information auprès des praticiens,
  - Doit respecter l'AMM et les stratégies thérapeutiques de l'HAS
  - Quels médicaments :
    - Conseil et grand public
    - Non remboursables
    - Pas de nécessité de suivi par un médecin pour le diagnostic, l'initiation ou la surveillance du traitement. (*article L.5122-6 du CSP*)
    - Dérogation pour les **vaccins**
- Rôle dans l'automédication ?

# Vente par internet

- Réglementation
  - **Liste des sites français autorisés à vendre des médicaments en ligne** (ONP et MS)
  - Code de la santé publique (articles L. 5121-5 , L. 5125-33 et suivants, et R. 5125-70 et suivants du CSP) / arrêtés du 28 novembre 2016 relatifs
- Quoi ?
  - Médicaments non soumis à prescription
  - Environ 50% des médicaments vendus sur Internet sont des médicaments falsifiés (médicaments contrefaits, médicaments non autorisés...) (OMS)
- Qui ?
  - Pharmaciens d'officine (site Internet de l'officine)
- Comment ?
  - Autorisation de l'ARS
  - Liste disponible sur site du CNOP ou du Ministère
- Rôle dans l'automédication ?

# Et la grande distribution ?

Jeudi 10 août 2023 - 16:29

**Les pharmaciens outrés par l'appel  
d'UFC-Que Choisir à vendre des  
médicaments en supermarché**

# Comment améliorer

- Education thérapeutique
- Consultations en ligne
- Charte de l'automédication :
  - Durée courte
  - Eviter les associations médicamenteuses :
    - Jamais d'automédication par plusieurs médicaments
    - Ne pas ajouter un médicament à un traitement en cours
  - Respecter la notice du médicament concerné
  - Informer son médecin de toute automédication.

# Campagne d'information (AMELI)

The screenshot shows the ameli.fr website interface. At the top, there is a navigation bar with 'ASSURÉ', 'PROFESSIONNEL DE SANTÉ', and 'ENTREPRISE' tabs. The main header includes the 'ameli.fr pour les assurés' logo, the 'Assurance Maladie' logo, and a 'VERSION CONTRASTÉE' button. Below the header, there are navigation links for 'ACTUALITÉS', 'DROITS ET DÉMARCHES', 'REBOURSEMENTS', and 'SANTÉ'. The main content area displays a breadcrumb trail: 'Assuré > Santé > Tous les thèmes de santé > Diabète > Traitement du diabète > Automédication et diabète'. The article title is 'L'automédication', dated '21 janvier 2019'. The text explains that self-medication involves using accessible medications without a prescription, and advises consulting a pharmacist. A sidebar on the left lists 'Automédication et diabète' with sub-items: 'Médicaments sans ordonnance' and 'Précautions en cas de traitement régulier'. A vertical sidebar on the right contains icons for user profile, search, and other functions.

ASSURÉ PROFESSIONNEL DE SANTÉ ENTREPRISE

Qui sommes-nous ? | Carrières | Ressources | Presse

ameli.fr pour les assurés

Assurance Maladie

VERSION CONTRASTÉE

VOTRE CAISSE : Paris CHANGER

ACTUALITÉS DROITS ET DÉMARCHES selon votre situation REBOURSEMENTS prestations et aides SANTÉ comprendre et agir

Assuré > Santé > Tous les thèmes de santé > Diabète > Traitement du diabète > Automédication et diabète

Diabète de l'adulte

Comprendre le diabète Symptômes, diagnostic et évolution du diabète **Le traitement du diabète** Diabète : suivi médical et examens

Vos interlocuteurs Vivre avec le diabète au quotidien

Automédication et diabète

- Médicaments sans ordonnance
- Précautions en cas de traitement régulier

## L'automédication

21 janvier 2019

L'automédication consiste à se soigner avec des médicaments accessibles en pharmacie, sans prescription médicale. Il convient de vérifier avec votre pharmacien s'ils sont adaptés à votre besoin et d'échanger avec votre médecin dans le cas où vous suivez un traitement médicamenteux régulier.

### BIEN UTILISER LES MÉDICAMENTS ACCESSIBLES SANS PRESCRIPTION MÉDICALE

Les médicaments accessibles sans prescription médicale sont destinés à soigner des symptômes courants, pendant une courte période, sans l'intervention d'un médecin mais avec les **conseils du pharmacien**.

Ces médicaments concernent le traitement d'affections fréquentes : rhume, [maux de gorge](#), [diarrhée](#), [constipation](#), [allergie](#), [douleur](#)... Ils concernent aussi le [sevrage tabagique](#).

# Avis d'un site grand public

## LES PRÉCAUTIONS D'UNE BONNE AUTOMÉDICATION

### ÉCOUTEZ LES CONSEILS

L'automédication, ce n'est pas se soigner par soi-même.

Le mieux est de...

- Ne jamais considérer le pharmacien comme l'épicier à médocs : écoutez ses conseils et recommandations, il doit vous les apporter à chacune de vos demandes.
- Ne jamais réutiliser sans avis médical un médicament prescrit conservé dans votre armoire à pharmacie.

### LISEZ LES NOTICES

C'est le bon réflexe pour vérifier que le produit est adapté, pour respecter les doses et intervalles, pour éviter les interactions médicamenteuses et les allergies.

### NE TRAITÉZ QUE LES MAUX MINEURS ET PASSAGERS

Un symptôme léger ça va, deux ou trois, on ne joue pas... avec sa santé, surtout si on est un patient souffrant déjà d'une maladie chronique ou si on attend un enfant. Et, selon la formule consacrée, consultez un médecin si les symptômes persistent. L'automédication ne peut excéder cinq jours à la suite.

### ATTENTION AUX MÉDICAMENTS ACHETÉS SUR INTERNET

Il est possible de vous procurer en ligne de médicaments sans ordonnance, mais seulement sur les sites français autorisés, pour éviter d'être exposés à des traitements dangereux, parce que contrefaits, contenant des substances actives non mentionnées, périmées, altérées...

### CONSULTEZ LA « LISTE NOIRE »...

À la suite de l'évaluation précitée, 60 millions de consommateurs déconseille de prendre certains médicaments sans ordonnance à composants multiples, qui multiplient le risque d'effets indésirables.

# Avis d'un site grand public

Particulier

Mutuelle santé

Prévoyance et  
dépendance

A l'étranger

Retraite  
complémentaire

Activités sociales

Épargne

Assurances de biens et  
animaux

## SE SOIGNER SEUL : LES DANGERS DE L'AUTOMÉDICATION

Accueil > Particulier > Mutuelle santé > Conseils d'Experts Mutuelle Santé > Se soigner seul : les dangers de l'automédication

Publié le 20 Mai 2016  
Écrit par Malakoff Médéric Humanis

L'automédication est définie comme la prise de médicaments sans avis médical. Favorisée par l'accès facile à l'information via les médias presse, Internet et la publicité, cette pratique tend à se généraliser sans que les concernés ne se doutent des méfaits, voire des risques qu'entraîne l'acte de se soigner seul. Quels sont les dangers de l'automédication ?



### L'AUTOMÉDICATION: UNE PRATIQUE QUI SE GÉNÉRALISE

85 % des Français avouent avoir recours à l'automédication plus ou moins fréquemment. Ils disent se soigner seuls dans les cas les plus bénins : rhinite, mal de dos, migraine, maux d'estomac. Même si certaines personnes du milieu médical estiment que l'automédication comporte des bienfaits comme responsabiliser les personnes sur les médicaments et les soins, désengorger notre système de santé..., se soigner seul demeure une pratique dangereuse ayant ses limites.

SE SOIGNER SEUL : LES LIMITES ET LES DANGERS DE

 Partager  Partager  Partager  Envoyer 

### En ce moment

Déclaration Sociale Nominative

Fusion AGIRC-ARRCO 2019

Etre retraité en 2018

S'expatrier Décès, obsèques

### Les plus lus

santé



Remboursement Sécurité Sociale et  
Mutuelle des soins santé



Comment préparer sa retraite: les  
étapes de 55 ans à 65 ans



# Automédication responsable (AFIPA)



Espace adhérent | EN

A propos

Le selfcare

Publications

Espace presse

Contact

## L'automédication responsable : une composante du selfcare

L'automédication responsable consiste, pour les individus, à soigner leurs maladies grâce à des médicaments autorisés, accessibles sans ordonnance, sûrs et efficaces dans les conditions d'utilisation indiquées (OMS, 2000), avec le conseil du pharmacien.

### A cet effet, il ne s'agit plus d'automédication responsable en cas de :

- ✓ Recours systématique dans son armoire à pharmacie à des médicaments prescrits pour soi-même ou pour quelqu'un d'autre
- ✓ Achat d'un médicament sur internet si le site en question n'est pas autorisé par l'Ordre des pharmaciens
- ✓ Utilisation d'un médicament en dehors des conditions spécifiées dans la notice
- ✓ Ces pratiques s'avèrent en effet dangereuses et contraires au bon usage des produits de santé.

### Dans quels cas peut-on s'automédiquer ?

Il est possible de s'automédiquer pour traiter des symptômes courants et bénins (fièvre, douleur, toux...) mais également quelques maladies spécifiques (crise hémorroïdaire, brûlures d'estomac...).

Il peut également y avoir automédication dans le cas de certaines pathologies chroniques pour lesquelles un diagnostic initial a été réalisé par le médecin (rhinite allergique, arthrose modérée du genou, migraine...) et quand le risque de pathologie grave a été éliminé.

### Quelles étapes à respecter pour une automédication responsable ?

Si je ne suis pas enceinte, que je n'allaité pas, que je ne souffre pas d'une maladie de longue durée, ou si le médicament ne s'adresse pas à un enfant en bas âge, je peux utiliser des médicaments d'automédication.

- ✓ **Etape 1 : J'identifie mes symptômes**  
Nez qui coule, troubles digestifs, bouton de fièvre, maux de gorge..., ce sont des petits maux auxquels j'ai déjà été confronté.
- ✓ **Etape 2 : Je demande conseil à mon pharmacien**

# Public

- Jeunes, étudiants
- Service Retraités et temps libre
- Association Génération Femmes Rissoises
- ...

- Outils : <https://www.omeditbretagne.fr/wp-content/uploads/2023/11/01-Lundi-Outils-RESOMEDIT-SSP-2023-Affiches.pdf>

# Propositions de supports

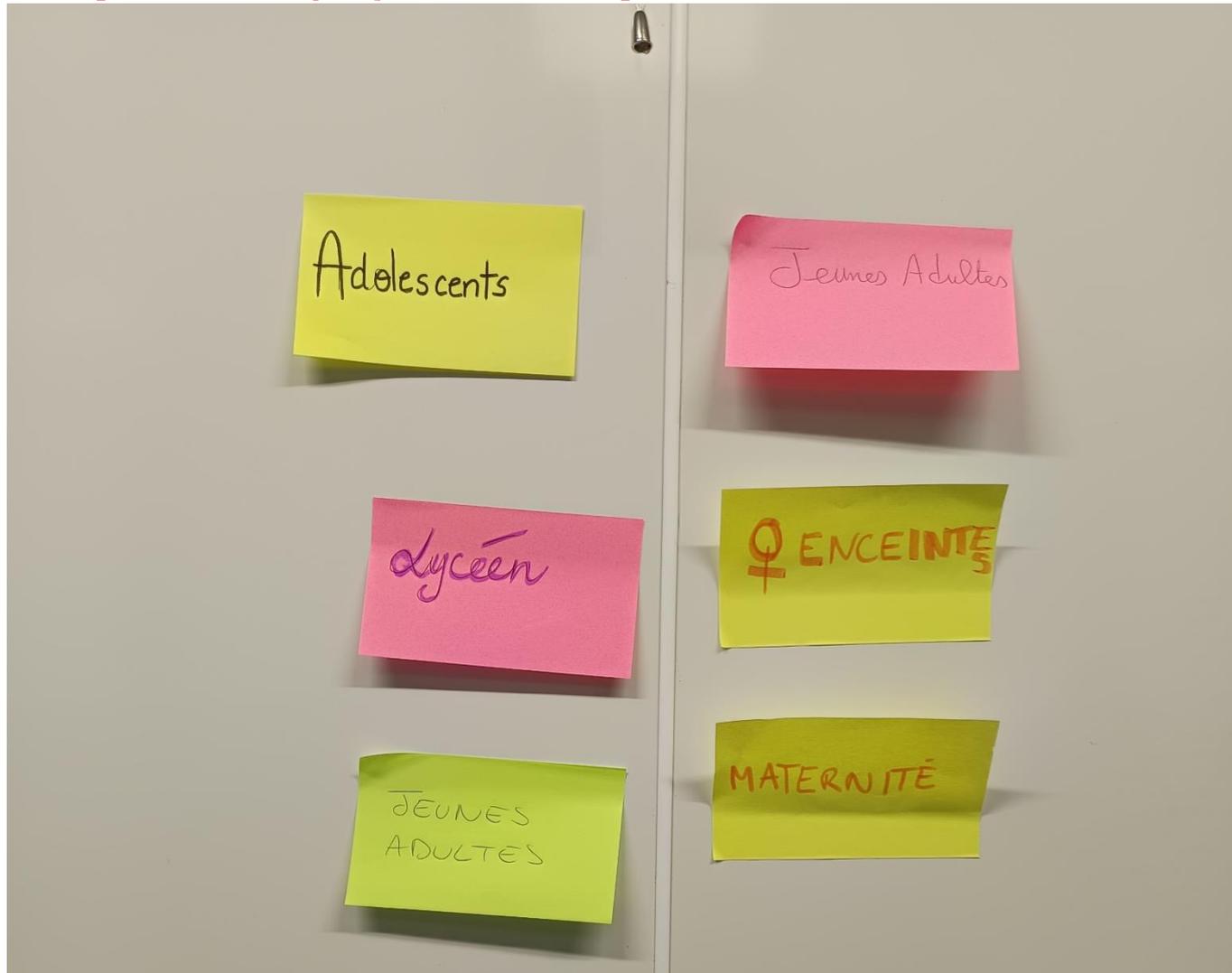
- Flyers
- Posters
- Questionnaires type wooclap
- Ppt
- Jeux de rôles
- Jeux de cartes : cartes symptômes/cartes ttt
- Vidéos (saynètes)
- Boites de médicaments (pictogrammes)

# Propositions de contenus

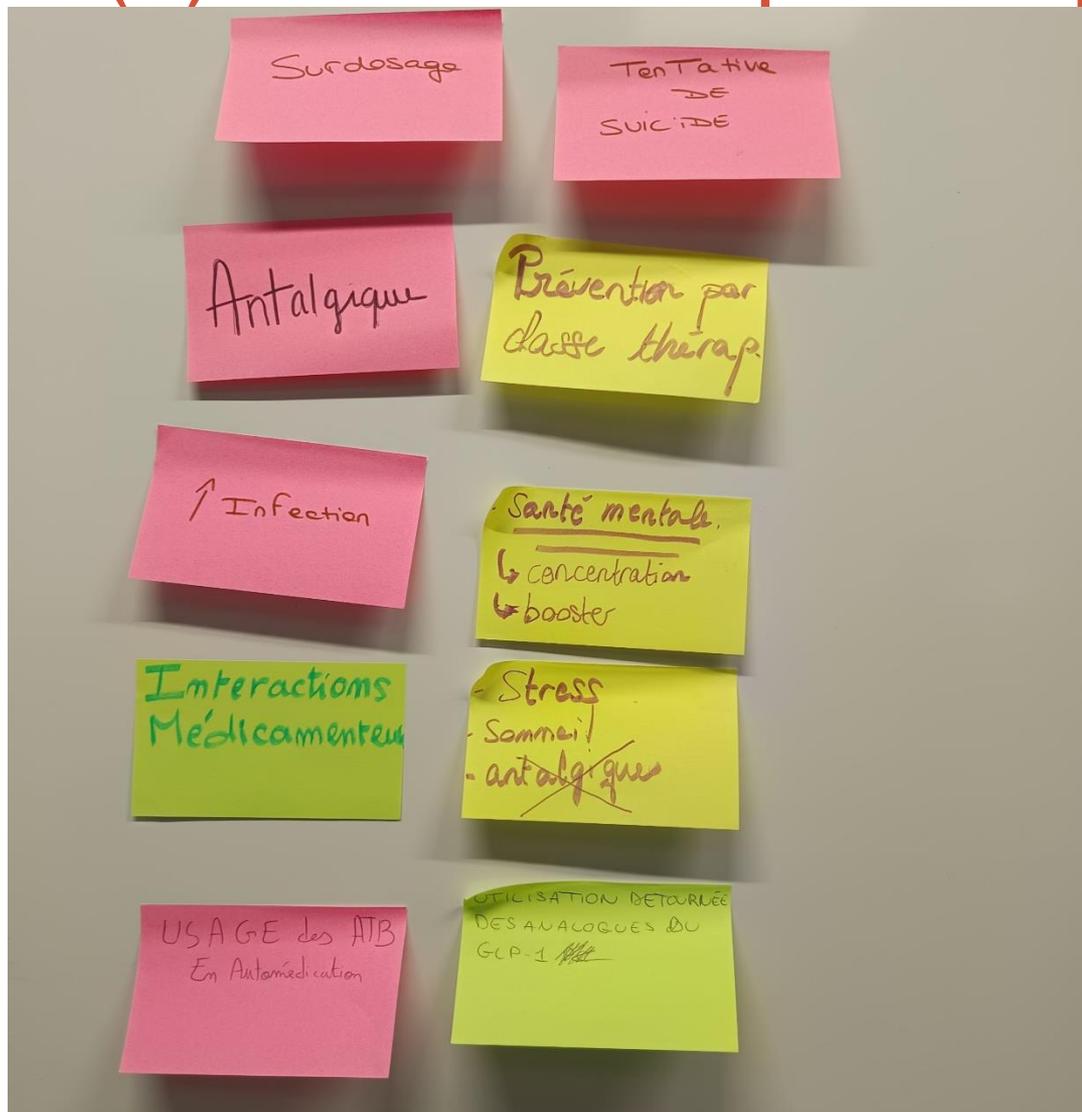
- Comment gérer les symptômes
- Chercher les sources d'information
- Sens critique sur les sources
- Connaitre les risques
- Quels professionnels et comment échanger

A vous de jouer !!

# Métablan (1) : les publics



# Métaplan (2) : les thématiques/risques



# Métaplan (3) : les outils/supports

