

Les consommateurs peuvent jouer un rôle dans la prévention de préjudices associés aux accidents liés à la médication.

Bulletin de Médicamentssecuritaires.ca

Volume 5 • Numéro 3 • Le 9 juin 2014

Prévenir les accidents causés par les interactions aliments-médicaments

Certains médicaments peuvent avoir un effet sur l'efficacité des autres médicaments. Certains aliments, boissons et suppléments diététiques peuvent aussi avoir un impact sur l'efficacité de vos médicaments. Ces interactions « médicament-médicament » et interactions « aliment-médicament » peuvent rendre vos médicaments moins efficaces ou augmenter le risque d'effets secondaires. Ultiment, vous pourriez ressentir des effets nocifs.

Il semble évident que des interactions peuvent survenir entre deux médicaments. Il est important de savoir que des médicaments peuvent aussi interagir avec des aliments. Médicamentssecuritaires.ca a reçu récemment une déclaration provenant d'une consommatrice qui a eu une interaction aliment-médicament.

La consommatrice prenait un comprimé d'indapamide le matin. L'indapamide est un médicament utilisé pour contrôler une pression artérielle élevée. Plus tard, la consommatrice prit l'habitude, juste après avoir pris ses médicaments, de consommer une boisson de type « smoothie » préparée avec des enveloppes de graines de psyllium, un supplément diététique riche en fibres. Lors d'une visite de suivi chez son médecin, sa tension artérielle était plus élevée qu'auparavant. Pour diminuer la tension artérielle, le médecin a augmenté la dose d'indapamide à 2 comprimés chaque matin.

Lorsque la consommatrice a acheté un nouveau sac d'enveloppes de graines de psyllium, elle a remarqué dans les directives qu'il ne fallait pas les consommer dans les deux heures suivant la prise de médicaments. À partir de ce moment, après avoir pris son indapamide, elle s'est assurée d'attendre au moins deux heures avant de boire son « smoothie » quotidien. Peu de temps après, sa pression artérielle a chuté et elle s'est sentie étourdie.

La consommatrice a commencé à soupçonner que son habitude de boire un « smoothie » après avoir pris ses médicaments aurait pu causer des problèmes avec sa pression artérielle. Ceci a été confirmé lors de sa visite chez le cardiologue. Les enveloppes de graines de psyllium peuvent avoir un effet sur la dose de médicament absorbé par le corps. Lorsque la consommatrice a commencé à boire son « smoothie » quotidien, elle le prenait juste après son indapamide du matin. Les enveloppes de graines de psyllium présentes dans le « smoothie » empêchaient l'absorption de son indapamide du matin. La consommatrice avait donc besoin d'une dose plus élevée de médicament pour contrôler sa pression artérielle. Lorsqu'elle a commencé à suivre les directives du produit à base de psyllium, l'absorption de l'indapamide est revenue à la normale. Avec une absorption normale, la dose de 2 comprimés était trop élevée, menant alors à une pression artérielle trop faible.

Les consommateurs peuvent avoir un rôle à jouer dans la prévention des accidents issus des interactions médicamenteuses. Médicamentssécuritaires.ca veut donner les conseils suivants aux consommateurs :

- Soyez conscients que les aliments et les suppléments diététiques peuvent interagir avec les médicaments. Lisez attentivement les étiquettes de produits et demandez des conseils de votre pharmacien.
- Vérifiez les étiquettes sur vos fioles de médicaments fournies par votre pharmacie. Ces étiquettes peuvent vous rappeler des interactions aliment-médicament potentielles.
- Assurez-vous de savoir quels liquides vous pouvez prendre avec vos médicaments. Le lait, les jus de fruits ou les aliments peuvent avoir un effet sur l'absorption ou l'efficacité de certains médicaments. Il est mieux de prendre la plupart des médicaments avec de l'eau régulière, mais il y a des exceptions. Votre pharmacien peut vous aider en donnant des conseils sur la meilleure façon de prendre vos médicaments.
- Lorsque vous allez chercher vos ordonnances à la pharmacie, écoutez ce que le pharmacien vous dit à propos de vos médicaments. Demandez au pharmacien si les médicaments que vous prenez peuvent interagir avec d'autres médicaments ou aliments.
- Utilisez la même pharmacie pour exécuter toutes vos ordonnances. Soyez certains de communiquer tous les médicaments en vente libre que vous prenez, incluant les produits naturels et les suppléments alimentaires à votre pharmacien. Cette information permettra au pharmacien de vérifier toutes les interactions médicamenteuses potentielles.
- Gardez une liste de tous vos médicaments et les informations précisant comment vous les prenez. Soyez certains d'inclure sur votre liste tous vos médicaments incluant les produits naturels et les suppléments alimentaires. Montrez cette liste à votre professionnel de la santé à chaque fois que vous recevez des soins.
- Lorsque vous choisissez des médicaments en vente libre, incluant des produits naturels ou à base d'herbes médicinales, lisez attentivement l'information figurant sur l'étiquette. Demandez de l'assistance à votre pharmacien lorsque vous choisissez ces produits. Soyez certain de parler des autres médicaments que vous prenez et demandez si ce nouveau produit pourrait avoir des interactions.

Lisez plus sur la prévention d'accidents et d'incidents liés aux interactions médicamenteuses:

www.medicamentssecuritaires.ca/bulletins/dossiers/201206BulletinV3N4RoleConsommateurs.pdf

Lisez plus sur l'importance d'avoir une liste de vos médicaments (disponible en anglais seulement):

www.safemedicationuse.ca/tools_resources/medication_list.html

Conseils pour les professionnels:

- Demandez de voir la liste des médicaments et suppléments alimentaires les plus récents avant de prescrire, délivrer ou administrer tout médicament.
- Assurez-vous qu'un dépistage des interactions médicamenteuses soit complété avant que tout médicament soit délivré ou administré.
- Lorsque c'est approprié, posez des questions sur les habitudes alimentaires de votre patient afin d'éliminer toute possibilité d'interaction aliment-médicament. Initiez une conversation sur comment éviter les interactions médicament-médicament et aliment-médicament.