

## Aider à prévenir les incidents et les accidents liés à la médication

Élément du Système canadien de déclaration et de prévention des incidents médicamenteux (SCDPIM).

Volume 3, numéro 5

## Bulletin

Le 27 août 2012

---

### **Prenez-vous la bonne quantité d'eau avec vos médicaments?**

Savez-vous combien d'eau ou d'autre liquide vous devez prendre pour avaler un médicament? Pour certains d'entre eux, une petite gorgée pourrait ne pas suffire. La quantité et le type de liquide qui conviennent dépendront des propriétés de vos médicaments et des maladies ou affections dont vous êtes atteint.

L'eau aide le médicament à passer de la bouche à l'estomac et à l'intestin grêle; elle favorise aussi l'absorption du médicament lui permettant ainsi d'exercer son action. Le fait d'avalier des médicaments avec une quantité insuffisante d'eau pourrait les empêcher d'agir adéquatement et même, dans certains cas, entraîner des effets secondaires indésirables. Les médicaments de la classe connue sous le nom d'« anti-inflammatoires non stéroïdiens » (AINS) en sont des exemples; l'acide acétylsalicylique (aussi appelée « ASA » ou « aspirine »), l'ibuprofène et le naproxène sont par ailleurs des AINS utilisés couramment. Si vous prenez des AINS sans une quantité suffisante de liquide ou quand vous avez l'estomac vide, vous augmentez le risque d'irritation de l'œsophage ou de l'estomac ou même de survenue d'ulcères. Un autre exemple de ce type de médicaments est la classe des bisphosphonates utilisés dans le traitement ou la prévention de l'ostéoporose. Ces médicaments sont habituellement pris quand on a l'estomac vide; pour réduire le risque d'irritation de l'œsophage, il est donc important de les prendre avec beaucoup d'eau et d'éviter de s'étendre durant au moins une demi-heure après les avoir pris.

La quantité d'eau nécessaire peut aussi dépendre de la forme pharmaceutique du médicament. Vous pourriez par exemple devoir avaler plus d'eau si le comprimé (ou la capsule) est de grande taille et moins d'eau quand il s'agit d'un petit comprimé ou d'un médicament liquide.

#### **Points importants à retenir :**

- Lisez toujours attentivement l'étiquette de vos médicaments ainsi que les documents d'information qui les accompagnent. Renseignez-vous sur la quantité d'eau nécessaire pour prendre vos médicaments. La bonne quantité d'eau dépendra des médicaments que vous prenez et des affections dont vous êtes atteint. Si vous êtes incertain quant à la quantité d'eau que vous devez boire, posez la question à votre pharmacien ou à un autre fournisseur de soins de santé.
- Assurez-vous de savoir avec quel liquide vous devez prendre vos médicaments. Le lait, les jus de fruits et les aliments peuvent altérer l'absorption et l'action de certains médicaments. Il est préférable de prendre la plupart des médicaments avec de l'eau, mais il existe certaines

exceptions. Si l'un de vos médicaments doit être pris avec du lait, du jus de fruits ou des aliments, il vous faudra peut-être le prendre à un autre moment que celui où vous prenez vos autres médicaments. Votre pharmacien peut vous aider à établir un horaire pour veiller à ce que vous preniez tous vos médicaments correctement.

- Le fait de consommer des aliments et de boire de l'eau avant une intervention médicale peut être dangereux. Il est donc possible qu'on vous dise de ne rien manger ni boire pendant un certain temps avant l'intervention. Si c'est le cas, assurez-vous de demander à votre fournisseur de soins ce que vous devez faire en ce qui a trait à la prise de vos médicaments. Dans certains cas, vous pourriez, en toute sécurité, prendre vos médicaments avec un peu d'eau. Dans d'autres cas, on pourrait vous administrer vos médicaments par une autre voie, ou vous dire de retarder la prise de vos médicaments jusqu'à ce qu'il vous soit permis de boire de l'eau. Les directives que vous devrez suivre dépendront des médicaments que vous prenez et de vos problèmes de santé personnels.
- Si vous êtes à l'hôpital ou confiné au lit, assoyez-vous pour avaler vos médicaments si vous êtes capable de le faire en toute sécurité. Si vous êtes d'avis qu'un fournisseur de soins ne vous a pas donné suffisamment d'eau pour prendre vos médicaments, n'hésitez pas à vous exprimer et demandez-lui s'il est possible qu'on vous apporte plus d'eau.