

J'en fais quoi ?

Réduire les risques d'interactions

Comment réduire les risques d'interactions médicamenteuses (IM) ? Voici quelques conseils qui devraient vous y aider...

1 / Il faut toujours se rappeler que la prise d'un médicament ou de tout autre produit actif n'est jamais anodine.

2 / Informez votre médecin infectiologue et /ou votre médecin traitant de toute nouveau médicament que vous prenez, en dehors de ses prescriptions. De même, vous pouvez informer les autres praticiens de santé (dentiste, chirurgien, autres spécialiste) amenés à vous prescrire un traitement, de tous les médicaments – antirétroviraux (ARV) ou autres catégories – que vous prenez. En pratique et pour des raisons de confidentialité, vous ne souhaitez peut-être pas communiquer votre statut à tous les praticiens que vous consulterez. Dans ce cas il faut tout de même que vous preniez conseil auprès de votre médecin traitant et aussi auprès de votre pharmacien si votre médecin traitant n'est pas joignable.

3 / Lisez la notice d'information de chaque médicament que vous prenez, avec une attention particulière pour les IM possiblement mentionnées ainsi que les contre-indications. Tout cela vaut aussi pour les médicaments vendus sans ordonnance et, qu'à tort, l'on croit anodins parce qu'en « vente libre ». C'est au pharmacien qui vous les délivre que vous devez demander s'il existe une incompatibilité connue entre eux et vos autres médicaments. Par exemple, il doit vous alerter sur les risques de moindre absorption de vos ARV par votre organisme si vous devez prendre des « pansements gastriques » (Gaviscon®, Mopral®, etc.).

4 / Des IM avec des produits naturels, alimentaires (patates douces, jus de pamplemousse) ou aux vertus dites thérapeutiques (millepertuis, échinacée), peuvent exister. Là encore, vous devez être vigilants avant de consommer ces produits.

5 / Alcool et drogues récréatives sont des produits actifs et peuvent entrer en interaction négative avec nombreux médicaments. Faites attention à ne pas prendre de risque pour des raisons festives. Par exemple, il est toujours dangereux de prendre des ecstasy avec des antiprotéases, ou du poppers avec des produits comme le Viagra®.

6 / Polymédication : Si vous devez prendre un traitement pour une autre pathologie que le sida, simultanément à vos ARV, et que pour une raison ou une autre (par exemple sa nouveauté sur le marché) il est encore impossible de savoir s'il est totalement compatible avec ces derniers, mettez en place avec votre médecin un système de vigilance (faire un point journalier par email et ou téléphone - cf le témoignage en page 23).

D'ailleurs, comme pour tout début de traitement ARV, ou démarrage d'un autre traitement identifié comme potentiellement à risque du point de vue des interactions, nous recommandons de ne pas trop s'éloigner de votre médecin traitant et/ou d'un

conseil médical.

7 / Le vieillissement modifie notre capacité à tolérer les médicaments, mais aussi à les assimiler. Pour un médicament déjà pris sans problème dans le passé, les choses peuvent éventuellement se compliquer sur le long terme, au fur et à mesure que vous prenez de l'âge.

8 / En cas d'hospitalisation, informez l'équipe médicale de tout ce que vous prenez, y compris les drogues illicites si cela vous arrive. Ayez avec vous toutes vos ordonnances (classées chronologiquement, c'est préférable !), et s'il s'agit d'une urgence, demandez à un proche de vous les apporter au plus vite, ou de les communiquer par téléphone au service hospitalier où vous êtes admis, et ce dans les plus brefs délais.

9 / En voyage : prenez toutes vos ordonnances avec vous ! N'oubliez pas que c'est à la dénomination commune internationale (DCI) que vous devrez alors vous référer en cas de nécessité). Cela permettra au médecin qui vous prendra en charge dans le pays où vous serez de ne pas faire d'erreur.

10 / Rappelez-vous par ailleurs que vous pouvez déclarer à l'AFSSAPS* tout effet indésirable qui pourrait être lié à une IM. Vous pouvez notamment le faire via notre site web, mais discutez en avec votre médecin auparavant. <http://www.actions-traitements.org/spip.php?article1368>

11 / Comme nous vous l'avons dit en page 20, notre réglette d'IM est elle aussi consultable sur notre site web, n'hésitez à vous familiariser avec cet outil et revenir vers nous si vous avez des questions.

« *C'est le patient lui-même qui est la meilleure source d'information* » nous dit le Pr Poirier en fin d'interview. Nous savons combien cela est vrai.

ALAIN VOLNY ANNE
avolnyanne@actions-traitements.org

*AFFSSAPS : Agence française de sécurité sanitaire des produits de santé. <http://www.afssaps.fr/Activites/Comment-signaler-ou-declarer/Effet-indesirable-lie-a-l-utilisation-d-un-medicament-Pharmacovigilance/%28offset%29/O>