

CHOSSES À SAVOIR SUR LES MÉDICAMENTS

1 LE PRIX DES MÉDICAMENTS PEUT DIFFÉRER D'UNE PHARMACIE À L'AUTRE

Le saviez-vous? Prenez le temps de bien choisir la pharmacie qui vous convient le mieux... Ainsi qu'à votre portefeuille! Assurez-vous toutefois de vous procurer l'ensemble de vos médicaments à la même pharmacie : votre pharmacien pourra ainsi faire une analyse complète de votre dossier et assurer un meilleur suivi de votre état de santé.

2 ATTENTION AUX PRODUITS DE SANTÉ NATURELS

On pense souvent qu'ils sont sécuritaires puisqu'ils sont faits d'éléments naturels et disponibles en vente libre. Il faut savoir que même s'ils soulagent certains symptômes, les produits de santé naturels peuvent devenir dangereux si on les consomme avec d'autres médicaments, en trop grande quantité ou sur une trop longue période. Assurez-vous de consulter votre pharmacien avant d'en faire l'achat pour vous assurer qu'ils vous seront bénéfiques et sans contre-indications.

3 ÉCONOMISER EN OPTANT POUR UN MÉDICAMENT GÉNÉRIQUE

Votre pharmacien vous a-t-il déjà demandé si vous souhaitiez opter pour un médicament générique plutôt que son original? En fait, un médicament générique est une copie à faible coût d'un médicament d'origine dont le brevet est expiré. Il contient les mêmes ingrédients actifs que le médicament d'origine et satisfait les mêmes normes de qualité et d'efficacité. Profitez-en pour faire des économies!

4 PRENDRE UN MÉDICAMENT CORRECTEMENT, C'EST PAYANT!

Lorsqu'un médicament prescrit n'est pas pris selon les modalités discutées avec le médecin ou le pharmacien, il y a un risque que le traitement perde de son efficacité, voire même qu'il échoue complètement. Prendre la bonne dose au bon moment de la journée et pendant la période prescrite vous assure de maximiser l'effet de vos médicaments. C'est ce que les spécialistes appellent « l'observance thérapeutique ». À l'inverse, une mauvaise observance pourrait prolonger la durée de votre maladie et, éventuellement, avoir des conséquences plus graves comme engendrer un arrêt de travail ou même l'hospitalisation. L'observance thérapeutique est la clé du succès de votre traitement. Restez vigilants!

5

CHOSSES À SAVOIR SUR LES MÉDICAMENTS

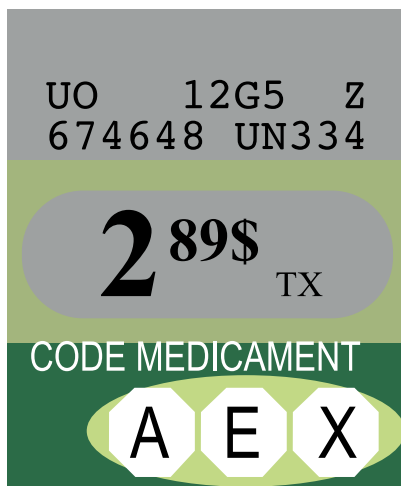
**ASTUCE
DE PRO!**

Le SAVIEZ-VOUS? Pour vous aider à mieux gérer la prise de vos médicaments, un pilulier peut s'avérer utile. Ils sont disponibles en vente libre dans toutes les pharmacies. Sinon, utilisez votre téléphone intelligent pour programmer des alarmes ponctuelles à l'heure à laquelle vous devez prendre une médication! Il existe plusieurs applications gratuites, comme *MediSafe* par exemple, qui vous permettent non seulement d'enregistrer des alarmes et rappels, mais également de vous renseigner sur le médicament que vous prenez.

5 REPÉRER LE *CODE MÉDICAMENT* SUR VOS MÉDICAMENTS EN VENTE LIBRE

Depuis 1995, le programme *Code médicament* est obligatoire pour toutes les pharmacies offrant des produits en vente libre au Québec. Le programme est simple : des lettres sont ajoutées aux étiquettes de prix de divers médicaments, ce qui permet d'alerter rapidement un consommateur. Par exemple, la lettre « A » indique un risque de somnolence, la lettre « H » indique un risque de dépendance à ce médicament, etc.

Référez-vous à votre pharmacien, il pourra vous aider à remplir une carte *Code médicament* sur mesure selon votre état de santé.



Voici les six lettres ainsi que leur signification respective¹ :

- A** Somnolence: Peut occasionner de la somnolence ou diminuer votre temps de réaction.
- H** Dépendance: Peut entraîner une habitude de consommation. Ne pas utiliser durant une longue période.
- X** S.O.S.: Consultez votre pharmacien. Le mode d'emploi de ce produit doit vous être expliqué.
- B** Contre-indication: Peut être néfaste pour votre santé si vous souffrez d'hypertension, d'hypertrophie de la prostate, d'hyperthyroïdie (goitre) ou si vous consommez des antidépresseurs.
- D** Intolérance: Contient de l'acide acétylsalicylique (aspirine). À éviter si vous souffrez de goutte, d'ulcère d'estomac ou d'asthme ou si vous prenez des anticoagulants pour éclaircir votre sang.
- E** Diabète: À déconseiller si vous souffrez de diabète. Ce médicament peut causer des effets indésirables.

¹ www.opq.org.fr

**EN CAS DE DOUTE, N'HÉSITÉZ PAS À CONSULTER VOTRE PHARMACIEN.
IL SAURA RÉPONDRE À VOS QUESTIONS!**