



Vers une automédication accompagnée et responsable

En Belgique, **le recours à des médicaments et autres produits de santé¹ non soumis à prescription (NSP) est une pratique courante**. Quoique méconnue, **elle occupe une place importante** dans notre système de santé. A l'heure des enseignements de la crise liée à la COVID-19 où les pharmaciens ont dû jouer un rôle de régulateur, ne serait-il pas temps d'engager la réflexion sur une utilisation sûre et responsable des médicaments non soumis à prescription et des produits de santé ?

Intérêt de l'automédication pour l'économie de la santé

Sur trois patients évoquant une plainte de santé, un se tourne vers son médecin généraliste ou vers des soins spécialisés, les deux autres tentent de se soigner par eux-mêmes².

L'automédication favorise l'autonomisation des personnes dans la prise en charge des pathologies mineures et représente un avantage pour le système de santé, car elle permet :

- de mieux utiliser les compétences cliniques. Une pathologie mineure peut se résoudre facilement avec un médicament ou produit de santé sans mobiliser d'autres compétences (médecine générale, médecine spécialisée, urgences) ;
- à la population d'avoir recours, rapidement et en permanence, à des médicaments pour des problèmes mineurs ;
- d'éviter le recours à des moyens publics (coût de la consultation médicale, médicaments prescrits remboursés).

Les études de modélisation et d'analyses rétrospectives concernant des pathologies courantes pour lesquelles des NSP sont disponibles dans différents pays ont montré que leur utilisation pour traiter des pathologies courantes ou gérer des symptômes (par exemple : allergies, douleur, migraine, symptômes gastro-intestinaux ou du rhume...) avait une valeur considérable pour les patients, les payeurs et les employeurs en termes d'économies de coûts et d'amélioration de la productivité. Cela était aussi vrai pour les soins de santé préventifs³.

Les effets les plus importants de l'automédication pour l'économie de la santé sont des réductions de coûts dans le domaine des soins médicaux ambulatoires et des médicaments et, par conséquent, un effet de soulagement sur les fonds publics⁴.

¹ Dispositifs médicaux, nutriments, denrées alimentaires, biocides, cosmétiques

² The ecology of medical care revisited N Engl. J Med, Vol. 344, No. 26 · June 28, 2001 · www.nejm.org

³ Noone, J., & Blanchette, C. M. (2017). The value of self-medication: summary of existing evidence. Journal of Medical Economics, 21(2), 201-211. <https://doi.org/10.1080/13696998.2017.1390473>

⁴ Association Européenne des Spécialités Pharmaceutiques Grand Public Association of the European Self-Medication Industry Europäischer Fachverband der Arzneimittel-Hersteller. (2004, juin). The economic and public health value of self-medication. <https://aesgp.eu/content/uploads/2019/10/THE-ECONOMIC-AND-PUBLIC-HEALTH-VALUE-OF-SELF-MEDICATION.pdf>



Automédication sans risque ?

L'automédication est pourtant associée à des risques tels que des diagnostics erronés, l'utilisation de doses excessives ou a contrario de doses inefficaces de médicaments, une durée d'utilisation inappropriée, des contre-indications, des interactions médicamenteuses⁵. De par sa fréquence, la toxicité potentielle de l'automédication ne doit pas être négligée, compte tenu du taux de réactions indésirables aux médicaments⁶.

Dans la pratique, la moitié des personnes utilisant les médicaments en vente libre pensent connaître ou les estiment très sûrs⁷. La majorité ne connaît pas la composition chimique de ce qu'elle prend.⁸ Certains patients qui s'automédiquent ne consultent pas assez vite un médecin et voient leur pathologie s'aggraver, nécessitant parfois des traitements plus coûteux qui auraient pu être évités par une prise en charge plus précoce de la maladie.

Après un mouvement de libéralisation, de nombreux pays européens prennent aujourd'hui des mesures afin de limiter les risques liés à l'automédication. Ainsi, en France, l'Autorité de santé (ANSM) vient de renforcer le rôle de conseil du pharmacien pour l'utilisation des médicaments contenant du paracétamol et certains anti-inflammatoires non stéroïdiens (ibuprofène et aspirine). « *L'objectif est que ces médicaments, toujours disponibles sans ordonnance, ne soient plus présentés en libre accès dans les pharmacies à compter de janvier 2020. (...) Cette mesure s'inscrit dans la continuité des actions menées par l'Agence pour sécuriser l'utilisation de ces médicaments.* »

Selon une étude menée à large échelle, les recommandations pour maximiser les avantages et diminuer les risques liés à l'automédication sont :

- la mise en place d'un système de surveillance,
- la mise en œuvre d'un partenariat entre les patients, les médecins et les pharmaciens,
- la promotion d'une éducation des patients avec un accès aux informations pertinentes pour toutes les personnes concernées par l'automédication⁹.

⁵ Hughes, C. M., McElnay, J. C., & Fleming, G. F. (2001). Benefits and Risks of Self Medication. *Drug Safety*, 24(14), 1027-1037. <https://doi.org/10.2165/00002018-200124140-00002>

⁶ Asseray, N., Ballereau, F., Trombert-Paviot, B., Bouget, J., Foucher, N., Renaud, B., Roulet, L., Kierzek, G., Armand-Perroux, A., Potel, G., Schmidt, J., Carpentier, F., & Queneau, P. (2013). Frequency and Severity of Adverse Drug Reactions Due to Self-Medication : A Cross-Sectional Multicentre Survey in Emergency Departments. *Drug Safety*, 36(12), 1159-1168. <https://doi.org/10.1007/s40264-013-0114-y>

⁷ Barrenberg E, Garbe E. Use of over-the-counter (OTC) drugs and perceptions of OTC drug safety among German adults. *Eur J Clin Pharmacol*. 2015;71(11):1389-1396. doi:10.1007/s00228-015-1929-5

⁸ Wozniak-Holecka et al. (2012). Consumer behavior in OTC medicines market. *Przegl epidemiol*. 2012; 66: 157-160.

⁹ Idem 2



Le rôle des pharmaciens dans l'automédication

Les 4.750 pharmacies présentes en Belgique et leur bonne répartition sur le territoire permettent d'assurer à la population une accessibilité importante aux médicaments et produits de santé.

Lorsqu'il délivre un médicament ou produit de santé pour répondre à une plainte de santé ou lorsqu'on lui demande un produit spécifique, le pharmacien preste les soins pharmaceutiques qui incluent :

- l'analyse et la validation de la demande. Le pharmacien vérifie que le produit demandé est adéquat pour traiter la plainte. Il analyse celle-ci afin de vérifier si un recours au médecin généraliste ne serait pas plus indiqué (personne à risque ou signaux d'alarme pouvant évoquer une pathologie plus grave). Il vérifie que le produit est en adéquation avec l'état physiologique de la personne (grossesse, pathologie chronique...) et avec d'autres médicaments qu'elle utilise éventuellement (absence d'interaction). Pour ce faire, il consulte le Dossier Pharmaceutique de la personne et/ou, si elle a donné son consentement e-santé, le Dossier Pharmaceutique Partagé ;
- l'encodage de la délivrance dans le Dossier Pharmaceutique du patient. Cet encodage est important car le produit entre alors dans l'historique médicamenteux de la personne et permet d'augmenter le niveau de sécurité lors de délivrances ultérieures. Le pharmacien de référence complète le schéma de médication du patient dans le cadre de la convention signée avec lui, ce qui permet d'assurer un meilleur accompagnement multidisciplinaire et une meilleure qualité des soins ;
- l'accompagnement de la personne en lui donnant les conseils de bon usage, la posologie et la durée du traitement. Le pharmacien ajoute le plus souvent d'autres conseils non médicamenteux (hygiène de vie...) qui renforcent ou remplacent parfois le médicament.

Dans le rapport du jury de la réunion de consensus de l'INAMI consacrée en 2019 aux antidouleurs non opioïdes¹⁰, dont une large part est accessible sans prescription en pharmacie, le rôle du pharmacien est jugé « *crucial dans la bonne gestion de l'utilisation d'automédications (et donc dans le référencement des patients dans les temps)*. » L'importance pour le médecin et le pharmacien d'avoir une vision complète des antécédents pharmaceutiques du patient (qu'il s'agisse de médicaments sur ordonnance ou en vente libre) est aussi rappelée et indique que « *dans tous les cas, un patient souffrant de douleur chronique doit être orienté vers le médecin (généraliste)*. »

Une activité importante dans les officines ouvertes au public

La délivrance de médicaments ou produits de santé non soumis à prescription (NSP) représente 35 % de l'activité officinale. C'est une activité importante du secteur des pharmacies ouvertes au public.

Aujourd'hui, on constate que ce segment d'activité est soumis à une rude concurrence notamment par l'arrivée des pharmacies en ligne et des pharmacies « grandes surfaces ». Cette nouvelle donne pousse les pharmaciens à se réinventer, à mettre en lumière leur plus-value et à développer de nouveaux

¹⁰ INAMI, Réunion de consensus, L'usage rationnel des analgésiques non opioïdes dans le traitement de la douleur chronique, 05/12/2019 https://www.riziv.fgov.be/SiteCollectionDocuments/consensus_texte_court_20191205.pdf



OPHACO
OFFICE DES PHARMACIES COOPÉRATIVES DE BELGIQUE
VERENIGING DER COÖPERATIEVE APOTHEKEN VAN BELGIË



services pour la population... mais également à faire appel à la cohérence dans la politique de santé des pouvoirs publics.

Vers une automédication sûre et efficace pour la population

Sur la base des conclusions tirées de ces différentes études, l'automédication peut avoir une valeur importante pour l'économie de la santé. Bien conduite, elle permet de résoudre beaucoup de problèmes de santé mineurs. Mal conduite, elle peut avoir un coût immédiat pour le consommateur (produit inadapté, voire contre-indiqué, utilisation de plusieurs produits pour solutionner le problème, recours final à une consultation médicale) et la collectivité (problèmes liés aux médicaments, retard de diagnostic, interactions...).

Les pharmaciens sont les professionnels les mieux placés et les mieux formés pour accompagner l'automédication, gérer les plaintes de santé quotidiennement exprimées en pharmacie et, au besoin, orienter les personnes pour qui l'automédication pourrait se révéler inadaptée. L'information sur le médicament est essentielle.

L'encodage des données dans le Dossier Pharmaceutique ou du schéma de médication est, à l'heure de l'e-santé, une information précieuse pour assurer des soins pharmaceutiques de qualité à la personne, mais également pour les acteurs de soins qui sont en relation avec elle, dont le pharmacien de référence.

La marchandisation des médicaments et des produits de santé jette une image trompeuse pour le consommateur. La rentabilité à court terme des uns risque bien de devoir être payée par les autres (les consommateurs et l'assurance sociale).

Les pharmaciens veulent jouer leur rôle de prestataires de soins de première ligne et s'engagent à remplir toujours mieux ce rôle d'orientation des patients en veillant à encadrer l'automédication par des conseils personnalisés, adaptés à la situation physio-pathologique du patient et à sa situation sociale. L'accessibilité et la bonne répartition des pharmacies dans notre pays permettent au citoyen d'avoir accès aux médicaments et produits de santé de manière sûre et responsable. Les pharmaciens demandent aux pouvoirs publics d'appliquer en la matière une politique cohérente qui veille à garantir la santé et la qualité de vie de nos concitoyens.