

# Médicaments

# Ignorance et abus

Une nouvelle enquête dévoile la relation ambiguë entre le Belge et sa consommation de produits pharmaceutiques. Sept conseils pour une meilleure prévention. - Texte: Vincent Liévin -

L'automédication est un véritable phénomène de société. Plus de 60 % des consommateurs regardent ce qu'ils ont dans leur pharmacie familiale avant d'aller chez le médecin. Et cela pour diverses raisons: coût d'une visite chez le généraliste, manque de temps, facilité d'accès... Dans sa dernière enquête, "Les Belges et les médicaments - Connaissances et usages", la mutualité socialiste Solidaris a voulu connaître ces différents phénomènes qui amènent les consommateurs à mettre en place ce type de mauvaises habitudes. "Le mésusage du médicament (prescrit et en vente libre) en Belgique est une réalité. Les chiffres montrent une surconsommation, une non-compliance ou une erreur dans la manière de les prendre", explique Martin Biernaux, responsable de projets et de recherche au service Promotion de la santé de l'Union nationale des Mutualités socialistes. "Cela provoque des effets néfastes sur la santé de type "intoxication médicamenteuse" (en témoignent les chiffres en termes d'hospitalisation), des traitements peu efficaces et des dépenses inutiles pour le patient et la collectivité."

Aujourd'hui, il existe aussi "en Belgique francophone une réelle surmédication (tant en médicaments prescrits qu'en vente libre) ainsi qu'une méconnaissance du médicament. Il faut donc accentuer la prévention". À leur niveau, mutualités, médecins et pharmaciens peuvent améliorer cette situation.

**"Il existe en Belgique francophone une réelle surmédication."**

## 1 Moins consommer

Six personnes sur dix prennent quotidiennement des médicaments. Elles sont même neuf sur dix chez les plus de 60 ans. Par contre, les hommes et surtout les jeunes sont plus nombreux à déclarer ne jamais prendre de médicaments. "Les profils plus précarisés présentent aussi un risque de sous-consommation reflétant une privation." Avant d'ouvrir une boîte, il faut toujours se demander si cette prise est indispensable et demander conseil à son médecin ou à son pharmacien. Ainsi, prendre régulièrement des laxatifs pour lutter contre la constipation n'est pas sans risques. Mieux vaut alors changer son alimentation plutôt que de surconsommer ces médicaments.

## 2 Mieux se contrôler

La grande majorité des répondants estiment avoir un comportement préventif en matière de consommation de médicaments. Dans les faits, cela ne correspond pas à la réalité. 7 % des personnes prennent un médicament en vente libre tous les jours et 15 % en consomment souvent. Les femmes et la population active sont les plus grandes consommatrices. "Par ailleurs, sept personnes sur dix trouvent que la publicité pousse à consommer beaucoup, qu'il y en a trop dans les médias et que ce n'est pas normal que l'on fasse des pubs pour les médicaments à la télévision."

## 3 Avoir un enfant

L'évolution de la structure familiale avec l'arrivée d'un enfant déclenche l'attention aux normes de santé! Par contre, les conditions de vie plus difficiles (milieu défavorisé, difficultés financières...) impactent très négativement la santé.

## 4 Freiner son automédication

Contrairement à ce qui est couramment avancé, ce ne sont pas les catégories les plus favorisées qui pratiquent le plus l'automédication, mais bien les plus paupérisées (deux fois plus parmi ceux qui déclarent des difficultés financières fréquentes). "Le report de soins et la nécessité de "tenir le coup",

*notamment pour ne pas être en arrêt de travail, sont probablement des explications.*” En outre, le changement d’hygiène de vie peut provoquer un recours trop systématique aux médicaments de confort (constipation, anti-diarrhéique et spray nasal). Cette fréquence de consommation de médicaments augmente avec l’âge.

### **5 Ne plus ignorer les effets néfastes des médicaments**

Les Belges ne possèdent pas toujours les connaissances élémentaires en matière de santé: la signification de la fièvre n’est pas bien comprise ; le risque réel de surdosage est sous-estimé (notamment avec le paracétamol); les effets secondaires de certains produits (anti-rhume et crème vaginale) sont méconnus. L’étude montre enfin un paradoxe: *“Ce n’est pas parce qu’une personne possède une bonne connaissance qu’elle aura un bon comportement. D’autres phénomènes pourront avoir un impact sur elle, comme la volonté de ne pas être absente au travail”*. Pourtant, pour un patient sur deux, le médicament est un produit chimique à éviter...

### **6 Bien lire la notice**

Seulement une personne sur deux lit la notice avant la toute première prise d’un médicament. Ce comportement est d’autant plus inquiétant que 30 % ne font pas toujours attention au surdosage d’anti-inflammatoires, par exemple. Les Belges avouent *“qu’il n’est pas facile de trouver une info fiable sur les médicaments, et disent éprouver des difficultés à comprendre les notices”*.

### **7 Demander un générique**

En 2017, huit Belges sur dix ont consommé un médicament générique. Les originaux ont en effet la possibilité de maintenir un prix plus élevé que

les génériques en ajoutant jusqu’à 5 € à la part payée par le patient. Cette pratique de suppléments est fréquente pour certaines classes de médicaments, comme les antidouleur opioïdes, les anti-inflammatoires, ou encore les antidépresseurs et antiulcéreux. *“Il existe déjà une mesure qui diminue les coûts pour l’Inami: pour tous les antibiotiques et antimycosiques, le pharmacien a l’obligation de délivrer un médicament moins cher si le médecin prescrit une marque qui n’est pas dans la fourchette”*. ✖