

PUBLIÉ LE 18/10/2021

Savez-vous bien utiliser le paracétamol contre la douleur et la fièvre ?

SURVEILLANCE - PHARMACOVIGILANCE

Les médicaments contenant du paracétamol font partie des médicaments les plus utilisés pour soulager les douleurs ou pour lutter contre la fièvre chez les adultes et les enfants.

Utilisé à bon escient, le paracétamol est un médicament sûr et efficace. Cependant en cas de surdosage, le paracétamol peut entraîner des lésions graves du foie irréversibles dans certains cas.

A l'occasion de la journée de mondiale de lutte contre la douleur, l'ANSM rappelle les clés pour utiliser le paracétamol en toute sécurité.

Une règle à retenir : le paracétamol s'utilise à la dose efficace la plus faible possible et pendant la durée la plus courte.

Que dois-je savoir ?

Le terme surdosage s'entend par l'utilisation d'un dosage non adapté, une dose trop importante par prise ou par jour, et un délai minimum entre les prises non respecté. La mauvaise utilisation du paracétamol est la 1ère cause de greffe hépatique d'origine médicamenteuse en France.

La posologie (dosage et fréquence de prise) de paracétamol que vous pouvez prendre en cas de douleur ou de fièvre dépend de votre poids et de votre état de santé. Pour éviter un surdosage, respectez les posologies et les précautions d'emploi suivantes :

	Enfant entre 27 kg (à partir de 8 ans environ) et 50 kg	**Personnes de plus de 50 kg (à partir de 15 ans environ) hors cas particuliers***
Par quelle dose commencer et à quelle fréquence ?	• Commencez par 500 mg, à renouveler si besoin au bout de 6h	• Commencez par 500 mg, à renouveler si besoin au bout de 4h. • En cas de douleurs ou de fièvre plus intenses, vous pouvez débuter par la prise de 1 gramme en laissant un intervalle de 6h entre 2 prises

Dose maximale journalière	• La dose journalière dépend du poids de l'enfant (environ 60 mg/kg **par jour**) • Chez un enfant de moins de 40kg, il ne faudra pas dépasser 2 grammes (soit 4 comprimés de 500 mg par jour).	• Ne dépassez jamais de vous-même 3 grammes par jour • Seul votre médecin pourra augmenter si besoin la dose journalière mais sans jamais dépasser 4 grammes
Durée de traitement	Si les douleurs persistent plus de 5 jours ou la fièvre plus de 3 jours consultez votre médecin	

**Cas particuliers :*

- *Si vous avez une maladie des reins, du foie, vous souffrez d'alcoolisme chronique, vous pesez moins de 50 kg : consultez un professionnel de santé avant de prendre du paracétamol.*
- *Si vous êtes enceinte : en règle générale, la prise de médicament doit être évitée pendant cette période. Toutefois, si besoin, votre professionnel de santé pourra vous conseiller de prendre du paracétamol mais toujours à la dose efficace la plus faible possible et pendant la durée la plus courte.*
- *Chez les jeunes enfants (moins de 27 kg) : la posologie du paracétamol sera choisie en fonction du poids de l'enfant. Des médicaments à base paracétamol adaptés aux enfants sont disponibles. Demandez conseil à votre pharmacien ou votre médecin.*

Attention au paracétamol caché !

Plus de 200 médicaments commercialisés en France contiennent du paracétamol, seul ou associé à d'autres substances actives. Ces médicaments sont utilisés pour le traitement des douleurs, fièvre, allergies, symptômes du rhume ou état grippal. Ne prenez jamais en même temps un autre médicament contenant du paracétamol. Pour le vérifier, consultez la face principale des boîtes des médicaments, les substances actives que contiennent les médicaments y sont toujours précisées.