

Le paracétamol

PUBLIÉ LE 08/02/2024 - MIS À JOUR LE 25/06/2024

Le paracétamol (Doliprane, Dafalgan, Efferalgan…) est utilisé pour diminuer les douleurs d'intensité légère à modérée (antalgique) ou faire chuter la fièvre (antipyrétique).
Il ne permet pas de guérir la cause de la douleur ou de la fièvre mais il en soulage les symptômes.

Est-ce que tout le monde peut prendre du paracétamol ?

Le paracétamol peut être utilisé chez l'adulte et l'enfant. Chez les enfants et les adultes de moins de 50 kg, il faudra adapter la dose. Les médicaments contenant du paracétamol seul ou en association existent sous plusieurs formes et dosages, dont certaines adaptées à l'âge et au poids de l'enfant.

Le paracétamol peut être utilisé pendant la grossesse et l'allaitement, en utilisant toujours la dose efficace la plus faible possible pendant une durée la plus réduite possible. Si vous êtes enceinte, consultez un professionnel de santé : la douleur et la fièvre peuvent être des signaux d'alerte d'une pathologie qui demande une prise en charge médicale.

Attention, certaines pathologies requièrent une attention particulière lors de la prise de paracétamol. Si vous souffrez d'une maladie chronique, demandez conseil à un professionnel de santé.

Dans quels cas ne dois-je pas prendre de paracétamol ?

Vous ne devez pas utiliser le paracétamol si vous souffrez d'une insuffisance hépatique sévère (maladie du foie) ou si vous êtes allergique au paracétamol ou à un de ses excipients.

D'autres situations médicales peuvent nécessiter une précaution d'emploi. Demandez conseil à un professionnel de santé. Pour plus d'informations, consultez la notice.

Comment prendre le paracétamol ?

Le paracétamol doit toujours être pris à la dose efficace la plus faible et sur la durée la plus courte possible.

Le paracétamol est disponible sans ordonnance pour des médicaments par voie orale (gélules, comprimés, poudre ou forme liquide) ou rectale (suppositoires). Le mode d'administration dépend de la forme du médicament, consultez la notice en cas de doute.

La dose maximale journalière est de 60 mg/kg/jour (avec un maximum de 3 g/j sans ordonnance), à répartir en au moins 3 prises par jour en respectant un intervalle de 4 h entre deux prises. Si les symptômes persistent plus de 3 jours en cas de fièvre et 5 jours en cas de douleur ou s'ils s'intensifient, consultez un médecin.

Attention au surdosage !!!!

Un surdosage en paracétamol peut causer des dommages graves et irréversibles au foie. C'est la première cause de greffe hépatique d'origine médicamenteuse en France. Pour l'éviter, respectez le dosage maximal et

l’intervalle entre deux prises.

Plus de 200 spécialités actuellement commercialisées en France contiennent du paracétamol seul ou associé à d’autres substances actives. C’est pour cela qu’il est important de faire attention au « paracétamol caché » pour éviter le surdosage.
Vérifiez la composition de vos médicaments et, en cas de doute, demandez conseil à votre pharmacien.

Le bon usage de ce médicament est primordial

Le paracétamol a-t-il des effets indésirables ?

Lorsqu’il est utilisé en respectant dose recommandée et intervalle entre deux prises, le paracétamol est un médicament sûr et efficace.
Cependant, comme tout médicament il peut être responsable d’effets indésirables, plutôt rares dans ce cas : réaction allergique, diminution du nombre de cellules du sang (globules blancs, plaquettes et/ou destruction des globules rouges), dysfonctionnement du foie, difficulté à respirer (bronchospasme).
Dans ce cas, consultez un médecin.

Comment bien utiliser le paracétamol ?

- Prenez la dose la plus faible, le moins longtemps possible, respectez :
  - la dose maximale par prise (1 gramme) ;
  - la dose maximale quotidienne (3 grammes) ;
  - l’intervalle minimum entre les prises (4 heures) ;
  - la durée maximale de traitement recommandée (3 jours en cas de fièvre, 5 jours en cas de douleur, en l’absence d’examen par un médecin).
- Vérifiez la présence de paracétamol dans les autres médicaments que vous prenez (ils peuvent être indiqués pour la douleur, la fièvre, les allergies, réduire les symptômes du rhume ou un état grippal).
- Si vous avez une maladie des reins, du foie, si vous souffrez d’alcoolisme chronique ou si 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 (pharmacien sage-femme, médecin…) pourra vous conseiller de prendre du paracétamol mais toujours à la dose efficace la plus faible possible et pendant la durée la plus courte possible.
- Jeunes enfants (moins de 27 kg) : la posologie dépendra du poids de l’enfant. Il existe des médicaments à base de paracétamol qui sont adaptés aux enfants : demandez conseil à votre pharmacien ou à votre médecin.