

# Bon usage des médicaments de la douleur

PUBLIÉ LE 08/02/2024

Les médicaments contre la douleur, appelés médicaments antalgiques, agissent en diminuant ou supprimant la douleur. Ces médicaments ne traitent pas la cause de la douleur.

Ils agissent en bloquant la transmission du message « douleur » de la zone du corps d'où provient l'agression vers le cerveau ou en rendant silencieuse la réponse du cerveau à ce message.

Les médicaments antalgiques sont accessibles, soit sans ordonnance : ce sont ceux pour les douleurs brèves et dont la cause est connue, comme le paracétamol et l'ibuprofène ; ou sur ordonnance, comme les médicaments de la classe des opioïdes.

Ces médicaments, sur ordonnance ou non, peuvent présenter des risques importants notamment quand ils sont mal utilisés. Vous trouverez dans cette page quelques bons réflexes à adopter pour une utilisation en toute sécurité de ces traitements.

## Messages clés à destination des patients

- En automédication, privilégiez la prise de paracétamol en cas de douleurs légères à modérées ;
- La prise d'un traitement antidouleur ne vous soulage pas : ne dépassez pour autant pas la dose et ne multipliez pas les prises. Dépasser la dose maximale quotidienne d'antalgique est inutile et peut s'avérer dangereux. Demandez conseil à un professionnel de santé, il pourra vous proposer une alternative plus efficace ;
- Si la douleur persiste plusieurs jours ou si elle s'intensifie, consultez votre médecin. La douleur peut alors être le signe d'une affection nécessitant une prise en charge médicale ;
- Ne réutilisez pas des traitements contre la douleur précédemment prescrits ou conseillés sans l'avis préalable de votre médecin ou de votre pharmacien. Le médicament vous a été prescrit dans un cas particulier, il peut être inutile voire dangereux dans une autre situation ;
- Signalez à votre médecin ou pharmacien tout effet indésirable que vous pouvez ressentir. Indiquez-lui notamment si vous avez des difficultés à arrêter de prendre votre médicament. En effet, certains antidouleurs peuvent entraîner une dépendance.
- De manière générale :
  - Avant de prendre un médicament contre la douleur, lisez sa notice et suivez toujours les conseils de votre professionnel de santé (comment utiliser, conserver ce médicament, ses effets...) ;
  - Informez toujours votre professionnel de santé des autres médicaments, compléments alimentaires ou produits de phytothérapie que vous prenez. Il en tiendra compte dans sa prescription ou ses conseils de prise en charge. En effet, certains principes actifs de ces produits interagissent entre eux, pouvant rendre un des médicaments inefficace voire dangereux ;

## Messages clés à destination des professionnels de santé (médecins, pharmaciens, infirmiers…)

- Ne prescrivez ou ne délivrez pas le traitement au patient si ce dernier en a suffisamment à domicile ; interrogez-le systématiquement ;
- Prescrivez ou conseillez toujours la dose efficace la plus faible pour la durée la plus courte ;
- Afin de limiter le risque d'interactions médicamenteuses, questionnez régulièrement les patients sur les médicaments, compléments alimentaires ou produits de phytothérapie qu'ils prennent en parallèle ;
- Enregistrez la dispensation des médicaments de « conseil » dans le dossier pharmaceutique des patients ;
- Apprenez à vos patients à trier régulièrement les médicaments de l'armoire à pharmacie ;
- Veillez à communiquer avec les autres professionnels de santé qui entourent votre patient afin de permettre une bonne coordination dans la prise en charge de sa douleur et un meilleur suivi. Utilisez à cette fin l'ensemble des moyens disponibles : dossier pharmaceutiques, lettre de liaison, Mon espace santé...