

VOUS AVEZ UN RHUME ?

Informations importantes à connaître avant de prendre un médicament contenant de la pseudoéphédrine (vasoconstricteur) par voie orale

Médicaments concernés

- ◆ Actifed Rhume
- ◆ Actifed Rhume jour et nuit
- ◆ Dolirhume Paracétamol et Pseudoéphédrine
- ◆ Dolirhumepro Paracétamol et Pseudoéphédrine et Doxylamine
- ◆ Humex Rhume
- ◆ Nurofen Rhume
- ◆ Rhinadvil Rhume Ibuprofène/ Pseudoéphédrine
- ◆ Rhinadvilcaps Rhume Ibuprofène/ Pseudoéphédrine

Ce document est diffusé par les laboratoires commercialisant des médicaments contenant de la pseudoéphédrine sous l'autorité de l'ANSM

Décembre 2024



Le rhume guérit spontanément en 7 à 10 jours SANS TRAITEMENT



QUE FAIRE POUR AMÉLIORER VOTRE CONFORT ?

- ✓ **Humidifiez l'intérieur de votre nez** avec des solutions de lavage adaptées: sérum physiologique, sprays d'eau thermale ou d'eau de mer...
 - ✓ **Buvez suffisamment**
 - ✓ **Dormez la tête surélevée**
 - ✓ **Veillez à maintenir une atmosphère fraîche** (18-20°C) et aérez régulièrement les pièces
- À éviter :**
- ✓ les climatiseurs qui déshumidifient l'air et assèchent les muqueuses nasales,
 - ✓ fumer et respirer la fumée des autres

LES GESTES BARRIERES POUR PROTEGER VOTRE ENTOURAGE ET EVITER LES RECHUTES

- ✓ **Lavez-vous les mains** régulièrement
- ✓ Utilisez un **mouchoir à usage unique**
- ✓ Toussez et éternuez dans votre coude
- ✓ Portez un **masque jetable** lorsque vous êtes malade

Si ces gestes n'améliorent pas vos symptômes, demandez conseil à votre pharmacien ou à votre médecin avant de prendre un médicament.

Informations importantes à connaître avant de prendre un médicament contenant de la pseudoéphédrine (vasoconstricteur) par voie orale

Un vasoconstricteur est un médicament qui vise à décongestionner le nez. Il est souvent associé à un analgésique (substance qui calme la douleur - paracétamol, ibuprofène).



LES VASOCONSTRICTEURS EXPOSENT AUX RISQUES SUIVANTS

- ◆ **Accident Vasculaire Cérébral (AVC)** : déformation de la bouche, faiblesse d'un côté du corps, bras ou jambe, troubles de la parole, troubles de l'équilibre, maux de tête intenses ou baisse de la vision
- ◆ **Troubles cardiaques tels qu'infarctus du myocarde** : douleur thoracique comme un étau qui peut s'étendre dans les mâchoires, le bras gauche ou les 2 bras et le dos, pâleur, malaise, sueurs, essoufflement, nausées, angoisse, fatigue inexplicable
- ◆ **Tension artérielle élevée**
- ◆ **Convulsions**
- ◆ **Syndrome d'Encéphalopathie Postérieure Réversible (PRES) et Syndrome de Vasoconstriction Cérébrale Réversible (RCVS)** : céphalée sévère et d'apparition soudaine, nausée, vomissement, confusion, convulsions, troubles de la vision
- ◆ **Troubles psychiatriques** : anxiété, agitation, troubles du comportement, hallucinations, insomnie, symptômes maniaques
- ◆ **Inflammation du côlon** pouvant causer des selles sanglantes (colite ischémique)
- ◆ **Réactions cutanées graves** : rougeur de la peau se généralisant à tout le corps, associée à des pustules et pouvant être accompagnée de fièvre
- ◆ **Altération soudaine de la vue** due à une diminution du flux sanguin au niveau des yeux (neuropathie optique ischémique)

Ces effets indésirables sont susceptibles d'apparaître chez des patients sans facteur de risque ni antécédent médical, quelles que soient la dose et la durée du traitement

**SI VOUS RESSENTEZ L'UN DE CES EFFETS INDÉSIRABLES,
ARRÊTEZ VOTRE TRAITEMENT
ET CONTACTEZ IMMÉDIATEMENT UN MÉDECIN**

VOTRE MEDECIN VOUS A PRESCRIT UN MEDICAMENT CONTENANT DE LA PSEUDOEPHEDRINE ? RESPECTEZ LES PRECAUTIONS SUIVANTES

Ce médicament vous a été **personnellement prescrit**. **Ne le donnez pas à d'autres personnes de votre entourage**. Il pourrait leur être nocif, même si les signes de leur maladie sont identiques aux vôtres.

- ◆ La posologie de votre médicament (.....) est de comprimé(s) par jour et de le soir
- ◆ Ne pas associer avec un autre médicament contenant aussi un vasoconstricteur (par voie orale ou nasale)
- ◆ Ne pas prendre plus de 5 jours
- ◆ Ne pas associer avec un autre médicament contenant du paracétamol ou de l'ibuprofène
- ◆ Ne pas utiliser chez l'enfant de moins de 15 ans
- ◆ Ne pas utiliser chez la femme enceinte ou au cours de l'allaitement



MEDICAMENT ET GROSSESSE



VASOCONSTRICTEUR + GROSSESSE = DANGER

Pendant la grossesse, les médicaments à base de vasoconstricteurs sont fortement déconseillés, voire interdits (selon les antalgiques associés) au regard des risques qu'ils présentent pour l'enfant à naître : l'avis d'un médecin est indispensable avant toute utilisation.
En cas d'allaitement, ces médicaments sont strictement interdits.

Dans tous les cas, consultez la notice du médicament

Si les symptômes persistent ou en cas d'absence d'amélioration au bout de 5 jours, consultez un médecin

Pour vous informer sur les médicaments :

<https://base-donnees-publique.medicaments.gouv.fr>

Pour déclarer tout effet indésirable :

<https://signalement.social-sante.gouv.fr>