



patientensicherheit schweiz
sécurité des patients suisse
sicurezza dei pazienti svizzera



Vos médicaments – en toute sécurité

Informations pour les patientes et les patients

Impressum

Editeur

Fondation Sécurité des patients Suisse

Rédaction

Andrea Niederhauser

Dr. Lea Brühwiler

Prof. Dr. David Schwappach

Pro Infirmis, Bureau Langage simplifié
avec la collaboration d'un grand nombre d'expertes
et d'experts du domaine de la santé,
de patientes et de patients

Mise en page

Gisela Burkhalter, Visuelle Kommunikation

Soutenu

par l'Office fédéral de la santé publique (OFSP)

© Fondation Sécurité des patients Suisse
Zurich, décembre 2021

Fondation Sécurité des patients Suisse

Nordstrasse 31, CH-8006 Zurich

T +41 43 244 14 80

info@securitedespatients.ch

www.securitedespatients.ch

Introduction

Les médicaments soulagent les douleurs et soignent les maladies. Mais ils peuvent aussi causer des problèmes. Par exemple s'ils ne sont pas bien associés les uns avec les autres.

Plus on vieillit, plus des maladies peuvent apparaître. On a alors besoin de plus de médicaments. Les personnes âgées ont un plus grand risque d'avoir des effets secondaires, parce que leur corps réagit de manière plus sensible que le corps des personnes jeunes. Il existe aussi des médicaments qui ne conviennent pas aux personnes âgées.

Les professionnels vérifient que tout soit correct avec vos médicaments. Ils sont attentifs à ne pas faire d'erreurs.

En tant que patiente ou patient, vous, ainsi que vos proches, pouvez aussi participer à la bonne gestion de vos médicaments pour éviter les problèmes. Dans les pages suivantes, découvrez ce que vous pouvez faire concrètement.

Contenu

Garder la vue d'ensemble	4
Parler ouvertement	6
Rester attentif	7
Demander de l'aide	8
En résumé	10

Garder la vue d'ensemble

La liste de médicaments

Grâce à une liste de médicaments écrite, vous et toutes les personnes concernées gardez la vue d'ensemble et il arrive moins d'erreurs.

Ceci est spécialement important si vous avez plusieurs médecins et si chacun vous prescrit des médicaments différents.

Faites la liste de vos médicaments.

Sur cette liste, doivent être écrits **tous** les médicaments et les produits que vous utilisez. Même les produits que vous ne prenez pas chaque jour. Pensez par exemple aux :

- médicaments prescrits par un médecin,
- médicaments que vous avez achetés vous-même,
- produits naturels et homéopathiques,
- comprimés de vitamines,
- pommades, pansements, gouttes, spray, etc.

Les informations suivantes doivent aussi se trouver sur la liste de médicaments :

A quoi sert ce médicament ? **Quand** et **comment** faut-il le prendre ?

De l'aide pour la liste de médicaments.

Vous n'êtes pas obligé de rédiger votre propre liste de médicaments vous-même. Votre médecin, votre pharmacienne ou pharmacien peut faire cela pour vous. Fixez un rendez-vous ensemble pour cela.

Ensuite, apportez-lui tous vos médicaments, avec leur emballage.

Vous habitez dans un home ou vous bénéficiez de soins à domicile ?

Alors demandez au personnel soignant de vous aider pour votre liste.

Ayez toujours votre liste de médicaments sur vous.

Prenez toujours votre liste avec vous, lorsque :

- vous allez à un rendez-vous médical,
- vous allez à l'hôpital,
- vous allez dans une pharmacie,
- vous êtes en voyage.

Tenez votre liste de médicaments à jour.

A chaque changement de médicaments, demandez une nouvelle liste.

Ou alors adaptez votre liste vous-même.

Par exemple lorsque vous recevez le même médicament sous un autre nom (un générique). Ecrivez la date actuelle sur chaque liste.

Utilisez des aide-mémoires.

Par exemple utilisez un semainier.

Vous savez ainsi facilement ce que vous devez prendre et quand.

Vérification régulière

Faites vérifier régulièrement vos médicaments.

Vos médicaments doivent être régulièrement vérifiés par votre médecin, par exemple tous les six mois. Même si vous n'avez pas de problèmes avec vos médicaments.

Les pharmaciennes et pharmaciens aussi peuvent contrôler les médicaments un par un et en parler avec vous.

Une vérification de médicament, c'est quoi ?

Lors d'une vérification de médicaments on contrôle si tous les médicaments sont encore bien adaptés à vos besoins. En effet, le corps change avec l'âge. Et l'effet d'un médicament peut se modifier avec le temps.

Lors de la vérification, votre médecin contrôle chaque médicament avec soin. Pour chacun, l'on se pose ces questions :

- Avez-vous encore besoin de ce médicament ?
- Vous fait-il du bien ?
- Avec-vous des soucis avec ce médicament ?
- Y a-t-il une autre thérapie possible ?

Poser les bonnes questions

C'est important de bien connaître vos médicaments. Lorsque vous recevez un médicament, posez ces questions :

- A quoi sert ce médicament ?
- Combien de temps dois-je prendre ce médicament ?
- Quels effets secondaires peut-il y avoir le plus souvent ?
- Est-ce que mes médicaments sont-ils compatibles entre eux ?
- Si je ne veux pas prendre ce médicament, y a-t-il une autre possibilité ?



Parler ouvertement

Donner son avis

Plus votre médecin connaît vos besoins, mieux c'est pour vous. Parlez-lui ouvertement. C'est important pour votre santé.

Parlez-lui de vos préoccupations et de vos problèmes.

Par exemple vous pouvez dire :

- « Je ne suis pas sûr que ce médicament soit le bon pour moi. Y a-t-il une autre possibilité ? »
- « J'aimerais encore du temps pour réfléchir à cela. »
- « Je crains que ... »

Vous avez des difficultés dans la prise de médicaments ? Dites-le.

Discutez ouvertement avec votre médecin, votre pharmacienne ou pharmacien ou le personnel soignant de vos difficultés avec vos médicaments. On peut trouver une solution.

Par exemple :

- Si le comprimé à avaler est trop gros.
- Si vous avez des difficultés avec le bouchon de la bouteille.
- Si c'est difficile de sortir les comprimés de l'emballage.
- Si vous oubliez parfois de prendre vos médicaments.

Dites à votre médecin si vous ne souhaitez pas prendre le médicament comme il l'a prescrit.

Discuter avec votre médecin

Posez des questions.

En tant que patiente ou patient, vous avez le droit de recevoir des informations claires et compréhensibles. Vous avez le droit de poser **toutes** vos questions. Mettez par écrit vos questions et vos préoccupations avant votre rendez-vous médical. Insistez jusqu'à ce que vous ayez tout compris.

Résumez avec vos propres mots tout ce qui a été dit.

Le résumé vous aide à comprendre le plus important et à vous en souvenir. Cela aide aussi le médecin à préciser les informations pas encore claires.

En fin de séance, demandez à votre médecin de répéter encore une fois toutes les informations importantes.

Demandez à une personne de confiance de vous accompagner au rendez-vous médical.

La personne qui vous accompagne écoute les informations avec vous, se rappelle ce qui est dit et pose des questions.

Rester attentif

Quelque chose ne va pas

Dites-le immédiatement si quelque chose ne vous semble pas normal avec vos médicaments.

S'il y a des changements avec vos médicaments, parlez-en tout de suite à un professionnel. Par exemple à votre médecin, au personnel soignant ou à une pharmacienne ou un pharmacien. Le plus souvent, il y a une raison à ces changements. Mais parfois, il se peut qu'il y ait une erreur.

Par exemple :

- L'emballage est différent que d'habitude ?
- Sur l'ordonnance, vous lisez un autre nom de médicament, un nom que vous ne connaissez pas ?
- Cette semaine il y a moins de comprimés dans le semainier que d'habitude ?

Soyez attentif aux symptômes inhabituels.

Les médicaments peuvent parfois causer des effets secondaires, même si on les prend de manière correcte. Et même si on les a bien supportés jusqu'ici. Parfois c'est difficile de reconnaître un effet secondaire d'un médicament.

Pour cette raison, parlez-en à un professionnel lorsque vous ressentez un symptôme nouveau ou différent. Votre médecin, votre pharmacienne ou pharmacien ou le personnel soignant va regarder si ces effets proviennent de vos médicaments.



Demander de l'aide

Aux professionnels

Avez-vous des questions ou des soucis au sujet de vos médicaments ? Vous n'arrivez plus vraiment à gérer vos médicaments ?

Faites confiance à votre médecin.

Les médecins sont là pour vous. Ils vous accompagnent dans la prise de vos médicaments. Ils vous aident à trouver du soutien dans votre vie quotidienne.

Profitez de l'aide du personnel soignant.

Le personnel soignant du home ou des soins à domicile :

- Regarde si les médicaments sont conservés de la bonne manière.
- Prépare les médicaments pour vous.
- Vous aide pour prendre vos médicaments ou appliquer un produit.
- Contrôle l'effet de vos médicaments et informe vos médecins en cas de problème.

Demandez de l'aide à la pharmacie.

Votre pharmacie :

- Regarde et discute avec vous de chaque médicament.
- Contrôle si vos médicaments sont compatibles entre eux.
- Peut préparer vos médicaments pour une semaine.
- Cherche une solution avec vous, si le médicament est difficile à prendre ou si le produit est difficile à appliquer.

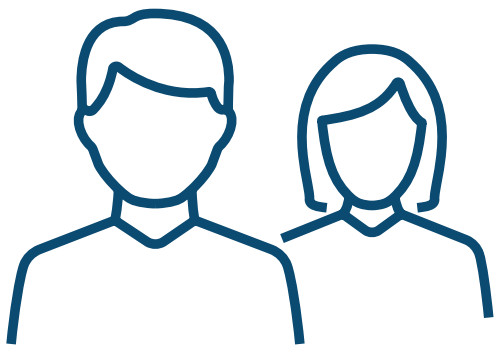
Demandez aux professionnels quelles sont les prestations payées par votre assurance maladie.

A votre famille et à vos proches

Demandez du soutien à une personne de confiance.

Votre famille et vos proches peuvent également vous aider. Ils peuvent vous assister pour les questions sur vos médicaments et s'impliquer pour résoudre vos préoccupations.

Dites à vos proches si vous souhaitez de l'aide de leur part.
Expliquez clairement quel genre d'aide vous souhaitez.



Informations pour la famille

L'un de vos proches prend régulièrement des médicaments ? Alors parlez avec cette personne. Demandez-lui s'il souhaite de l'aide. Regardez ensemble comment vous pouvez l'aider. Respectez sa volonté !

Demandez à la personne qui est, pour elle, la personne de contact la plus importante : par exemple son médecin, une ou un soignant des soins à domicile ou du home. Demandez les coordonnées de cette personne pour les situations d'urgence.

Si la personne bénéficie des soins à domicile, coordonnez ensemble vos rôles.

Soyez attentif aux changements chez la personne :

- La personne se comporte-t-elle autrement que d'habitude ?
- Est-elle plus endormie, plus irritée, plus agitée ?
- Oublie-t-elle de prendre ses médicaments ?
- Parle-t-elle de nouvelles douleurs ou de nouveaux problèmes de santé ?

Ces changements proviennent peut-être des médicaments. Parlez-en avec la personne. Si nécessaire, cherchez conseil auprès de son médecin ou du personnel soignant.

En résumé

- Faites une liste de vos médicaments.
- Faites régulièrement vérifier vos médicaments.
- Parlez ouvertement de vos soucis et de vos difficultés.
- Restez attentif à tous nouveaux problèmes de santé.
- Demandez de l'aide à vos proches et aux professionnels de la santé.



Vos notes

A series of horizontal dotted lines for taking notes.

Fondation Sécurité des patients Suisse

Nordstrasse 31

CH-8006 Zurich

T +41 43 244 14 80

www.securitedespatients.ch