

02/18



PHARMA NEWS

Le journal de l'équipe officinale

N° 151

SOMMAIRE

Éditorial	1	Pour en savoir plus	
Nouveautés		Médecine anthroposophique	16
OPTIFIBRE°	2	Et ses médicaments	
Rien à voir avec l'optique !		Le point sur les THS	22
Pour en savoir plus		Renverser la vapeur	
L'arthrose	4	En bref	24
Un article bien huilé		Lauréates et test de lecture	25
IST et safer sex	10		
Les oubliés			

Editorial

Page de pub

Et c'est parti pour de la pub dans le compendium en ligne ! Eh oui, c'était bien joli, le temps où les firmes payaient pour que la publication soit gratuite et sans publicité. Désormais, il faut vous attendre à des images publicitaires dans l'ouvrage le plus consulté en pharmacie. Bien que ce soit logique et légitime de la part des fabricants d'avoir un retour sur investissement, il est regrettable qu'ils puissent mettre les slogans qu'ils veulent. Vous savez, ces petites phrases choc et vite lues... et surtout vite retenues par nos cerveaux pressés. A nous de faire le tri et de garder l'esprit critique. En lisant le PN, par exemple !

Bonne lecture !

Jérôme Berger

Pierre Bossert

*Marie-Thérèse Guanter
Germanier*

Anne-Laure Guntern

*Séverine Huguenin
Martine Ruggli*

Elodie Resenterra

Nouveautés

OPTIFIBRE° : **alicament contre la constipation**

OPTIFIBRE° se présente sous forme de poudre en vrac (boîte de 250 g), ainsi que de boîtes de 16 sachets de 5 g chacun. Il contient de la farine de guar partiellement hydrolysée (communément appelée en anglais : PHGG pour Partially Hydrolysed Guar Gum), obtenue à partir de graines de guar, une sorte de haricot. OPTIFIBRE° est extrêmement riche en fibres alimentaires solubles (86 g de fibres pour 100 g de poudre – ce qui correspond à la concentration en fibres de médicaments comme COLOSAN° p.ex.)².



Définition d'un alicament¹:

Le terme alicament est la contraction d'aliment et de médicament. Un alicament est un aliment qui a une action positive sur la santé. On peut trouver des alicaments naturels, comme les canneberges qui sont bénéfiques contre les infections urinaires, ou le thé vert qui a des vertus diurétiques. Mais il peut aussi s'agir de produits alimentaires dans lesquels ont été introduits des éléments considérés comme particulièrement bénéfiques pour la santé, par exemple des yoghourts bifidus ou de l'huile enrichie en omega-3.

Quelle efficacité? Les fibres alimentaires font partie des recommandations non-médicamenteuses de prise en charge de la constipation. Augmenter l'apport en fibres à environ de 20-25g / jour, via des aliments riches en fibres comme les céréales complètes, le son de blé, les légumes, les fruits est même la première recommandation pour lutter contre la constipation (couplé à une hydratation suffisante)³. En plus des fibres contenues dans l'alimentation, il est possible de lutter contre la constipation en utilisant des « suppléments » à base de fibres : on parle de laxatifs de lest. Ces laxatifs sont constitués de fibres ou de mucilages végétaux qui ont le même mécanisme d'action que les fibres contenues dans l'alimentation⁴. Citons par exemple le psyllium (MUCILAR°), le sterculia (COLOSAN° mite, NORMACOL°) ou le plantago ovata (AGIOLAX° mite, LAXIPLANT°, METAMUCIL°). Ces laxatifs de lest stimulent le transit intestinal par un mécanisme physiologique :

grâce à leur capacité à fixer l'eau et à gonfler, ils augmentent le volume intestinal et accélèrent le transit par voie réflexe^{5,6}. Par suite du gonflement des mucosités, les selles sont ramollies et glissent plus facilement. OPTIFIBRE° agit selon le même principe.

Difficile de trouver des études sur l'efficacité de la PHGG dans la constipation : selon une revue Cochrane⁷ qui cherchait à comparer l'efficacité des laxatifs chez les enfants, une seule étude a été réalisée sur 61 enfants avec PHGG versus lactulose (DUPHALAC° et génériques, un laxatif de premier choix en pédiatrie) : à quatre semaines, l'efficacité était similaire entre les deux

¹ Dictionnaire Larousse

² Publicité de la firme

³ WGO Global Guidelines 2013: «Common GI symptoms»

⁴ La Revue Prescrire 2006 ; 26 (278) : 836-841

⁵ Rev Prescrire – Idées-Forces, 10/2013 «Constipation chez les adultes: traitement»

⁶ Swissmedicin.ch

⁷ Cochrane Database of Systematic Reviews 2016, Issue 8. Art. No.: CD009118 DOI: 10.1002/14651858.CD009118 Osmotic and stimulant laxatives for the management of childhood constipation

substances⁸. Toutefois, le nombre de patients est trop faible pour réellement confirmer l'efficacité⁷. Une revue a recherché tous les documents ayant trait à l'efficacité de la PHGG chez les adultes et enfants, dans les cas de constipation et de côlon irritable. Les données à disposition montrent une efficacité dans le côlon irritable, autant pour diminuer la constipation que pour prendre en charge la diarrhée ; par contre il n'y a pour ainsi dire aucune donnée dans le traitement de la constipation seule⁹.

La posologie de départ est de 5 g par jour durant les 3 premiers jours. La poudre peut être mélangée à une boisson chaude ou froide, ou ajoutée à de la nourriture. L'arôme étant neutre, on peut la mélanger à un aliment ou une boisson qu'on aime, afin d'en faciliter la prise. L'avantage de la PHGG est que mise en solution, elle reste liquide sans devenir visqueuse. Ceci peut être très apprécié et être un atout dans les cas de nutrition entérale². Selon l'efficacité, moduler la dose jusqu'à trouver le bon équilibre.

Les fibres peuvent provoquer des douleurs abdominales, des gaz et des ballonnements : il est nécessaire d'augmenter leur apport progressivement^{3,4}. Il est cependant connu que les fibres solubles, comme OPTIFIBRE°, sont mieux tolérées que les fibres insolubles (p.ex. dans le son de froment)³. Le PHGG semble sûr. Il est possible d'augmenter les dosages pour augmenter l'efficacité jusqu'à des doses de 22 g par jour, par exemple dans les cas de constipation chronique⁷.

Les laxatifs de lest à fortes doses, couplés au fait de ne pas consommer assez de liquide, sont susceptibles de s'accumuler et de faire obstruction au niveau oesophagien, intestinal ou rectal. Ce risque est augmenté avec une interaction avec le lopéramide qui serait utilisé (faussement) en cas de fausses diarrhées ou de diarrhées accompagnant l'usage d'un autre laxatif⁵.

OPTIFIBRE° - A retenir pour le conseil :

- ✓ alicament contre la constipation à base de farine de guar
- ✓ les laxatifs de lest sont un premier choix de prise en charge de la constipation
- ✓ l'efficacité du guar n'est pas fortement étayée
- ✓ prise de 5 g par jour, pouvant aller jusqu'à 22 g par jour avec une bonne sécurité
- ✓ présente l'avantage qu'une fois diluée, la solution préparée est non-visqueuse

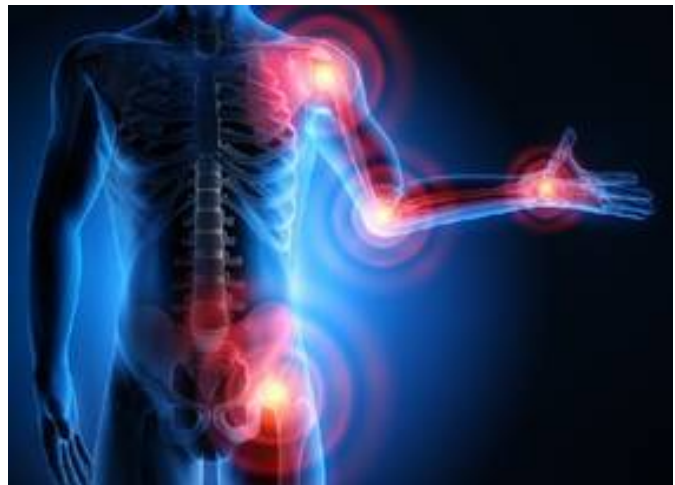
⁸ Turkish Journal of Gastroenterology 2010;21(4):360-4.

⁹ [Minerva Gastroenterol Dietol](#). 2013 Dec;59(4):329-40 (abstract)

Pour en savoir plus

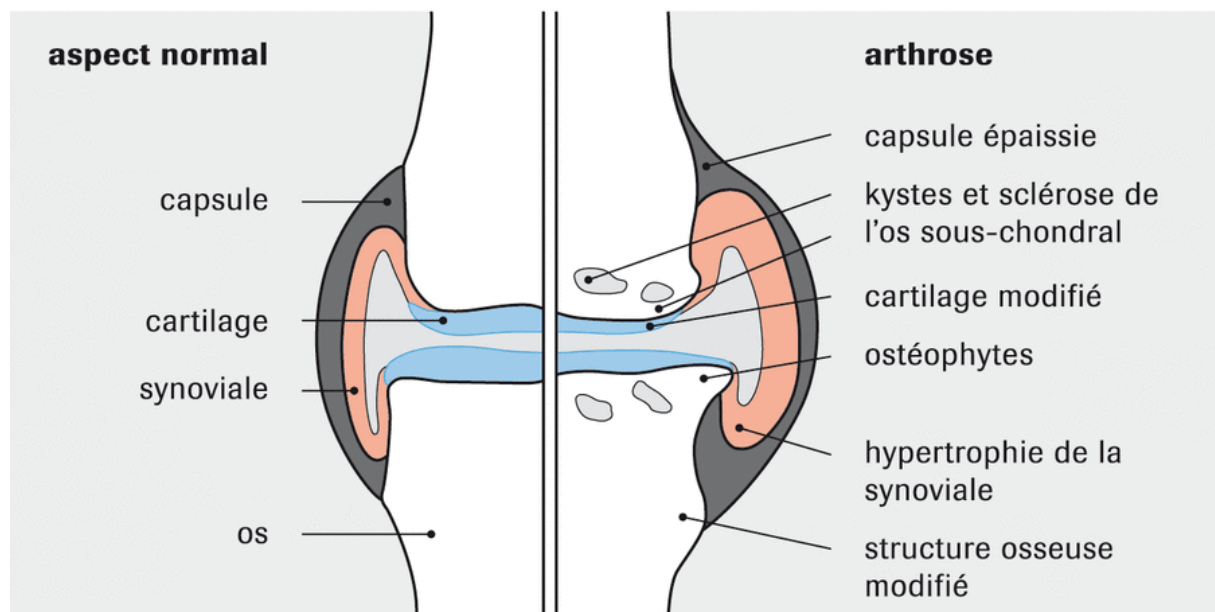
L'ARTHROSE

Raideurs matinales, douleurs à l'effort et articulations gonflées et douloureuses, tels sont les différents symptômes d'un mal en progression : l'arthrose. Quelles en sont les causes et les caractéristiques, et surtout comment la prévenir, la ralentir et la traiter ? Nous vous proposons une mise à jour des connaissances actuelles.



L'arthrose est une maladie chronique articulaire très répandue qui touche 90% des personnes de plus de 65 ans ! Selon sa localisation et son avancement, elle peut devenir invalidante en rendant difficile des gestes du quotidien comme enfiler ses chaussettes, se coiffer ou marcher. Si, en théorie, l'arthrose peut toucher n'importe quelle articulation, certaines sont plus souvent concernées : le genou (on parle alors de gonarthrose), la hanche (coxarthrose) ou les doigts, particulièrement le pouce (rhizarthrose).

Il s'agit d'une détérioration du cartilage articulaire. Le cartilage constitue normalement un tampon lisse, élastique et lubrifié entre deux os, qui permet une bonne mobilité articulaire avec un minimum de frottement et amortit les pressions subies par les articulations. Lors d'arthrose, il se détériore progressivement et de façon irréversible, parfois jusqu'à destruction complète. Cette détérioration est souvent accompagnée d'un épaississement de la membrane synoviale qui peut détruire les tissus de l'articulation, les tendons, les ligaments, et même parfois l'os¹⁰.



Comparaison d'une articulation saine avec une articulation arthrosique (www.ligues-rhumatisme.ch)

¹⁰ www.ligues-rhumatisme.ch/rhumatismes-de-a-a-z/arthrose (consulté le 23.11.2017)

Contrairement aux formes inflammatoires de rhumatisme, comme la polyarthrite rhumatoïde, l'inflammation est secondaire à l'usure, et non la cause de l'arthrose.

Le saviez-vous ?

En anglais, arthrose se dit « osteoarthritis ». Cela peut prêter à confusion en mélangeant les termes arthrose et arthrite qui décrivent pourtant des pathologies bien distinctes¹¹ :

	Arthrose	Arthrite
Type de rhumatisme	Rhumatisme dégénératif	Rhumatisme inflammatoire
Origine	Usure du cartilage favorisée par l'âge, le surpoids ou des lésions traumatiques	Inflammation de la membrane synoviale d'origine auto-immune (p.ex. polyarthrite rhumatoïde), métabolique (p.ex. goutte) ou infectieuse (p.ex. arthrite septique)
Conséquences	Risque de déformation osseuse	Destruction du tissu cartilagineux
Mouvement	Augmente la douleur	Apaise souvent la douleur
Repos	Apaise la douleur	Augmente la douleur
Population typique	Personnes âgées ou obèses	A tout âge, apparaît souvent vers 50 ans

Facteurs de risque

Différents facteurs semblent favoriser la survenue de l'arthrose. On peut citer¹⁰:

- Une sollicitation excessive ou inappropriée des articulations qui peut conduire à une usure du cartilage :
 - la pratique de certains sports à fort impact (p.ex. course à pieds ou sports de raquette comme tennis et squash) ou à risque élevé de lésions (p.ex. football)
 - un travail physique exigeant (p.ex. agriculteur, déménageur, maçon)
 - un surpoids, d'une part par surcharge des articulations portantes (hanche, genou), d'autre part par des changements métaboliques néfastes pour le cartilage (p.ex. arthrose des doigts chez des patients obèses)
- Le manque de mouvement : en l'absence de sollicitation, le liquide synovial, qui sert de lubrifiant, devient moins abondant, ce qui provoque la mort des cellules cartilagineuses.
- L'hérédité : semble jouer un rôle, surtout dans l'apparition de l'arthrose des doigts et des genoux.
- Des maladies inflammatoires : l'inflammation présente lors de différents types d'arthrite (p.ex. goutte, polyarthrite rhumatoïde) peut provoquer une arthrose secondaire¹⁰.

Mesures hygiéno-diététiques

Quel que soit le siège de l'arthrose, les mesures consistent en un entraînement physique adapté et une réduction d'un éventuel excès pondéral.

• **Entraînement physique :**

L'articulation arthrosique doit être mobilisée sans être malmenée. Les sports d'endurance et les exercices de rééducation permettent de réduire inflammation et douleur, d'augmenter mobilité articulaire et force musculaire, et éventuellement de combattre un excès de poids. La natation, l'aquagym, le vélo ou la marche sont particulièrement recommandés.

¹¹ www.medisite.fr/les-symptomes-arthrite-ou-arthrose-quelle-difference.4030035.177289.html (consulté le 23.11.2017)

Le sport sera arrêté temporairement pendant les poussées douloureuses aiguës ¹².

- **Alimentation :**

La mise en place d'un régime adapté est conseillé pour réduire l'excès pondéral. Une perte de poids, même modérée (de l'ordre de 5 kg) permet d'améliorer les symptômes et de diminuer le risque d'opération ¹².



Traitements par voie orale

- **Paracétamol :**

C'est l'antalgique le plus souvent prescrit. Il a une efficacité modérée sur les douleurs arthrosiques et est bien toléré.

Attention toutefois à ne pas dépasser la dose de 2 à 3 grammes par jour chez le patient âgé.

- **AINS/COX2 :**

Ils sont utiles en cas de poussée inflammatoire d'arthrose.

L'ibuprofène (p.ex. ALGIFOR°, BRUFEN°, IRFEN°), le naproxène (ALEVE°, APRANAX°, PROXEN°), le diclofénac (p. ex. ECOFENAC°, FLECTOR°, OLFEN°, VOLTAREN°) ou les coxibs (ARCOXIA°, CELEBREX° et génériques) sont utilisés. Les deux premiers présentent la balance bénéfice risque la plus favorable et devraient être favorisés ¹³.

Attention aux effets indésirables rénaux et cardiovasculaires, surtout lors d'un usage prolongé et/ou à doses élevées.

- **Traitements d'origine naturelle :**

Le **sulfate de chondroïtine**, un mucopolysaccharide, est l'un des constituants principaux du cartilage qui, grâce à sa capacité à fixer l'eau, lui donne ses propriétés élastiques. Une revue Cochrane de 2015 rapporte un effet modéré sur les douleurs arthrosiques ainsi qu'un faible ralentissement de la dégradation articulaire ¹⁴. La tolérance est généralement bonne, mis à part d'éventuels troubles gastro-intestinaux légers. Les spécialités CONDROSULF° et STRUCTUM° (toutes deux en liste B) sont fréquemment prescrites et sont remboursées par l'assurance de base. La dose habituelle est de 800 à 1000 mg par jour en une ou deux prises, de préférence après un repas en cas d'estomac sensible. Une dose d'attaque de 1600 mg (CONDROSULF°) ou 1500 mg (STRUCTUM°) par jour peut être conseillée pendant les deux premières semaines de traitement.

Le **sulfate de glucosamine** est également un composant du cartilage présent dans de nombreux compléments alimentaires destinés à améliorer la mobilité articulaire. Il y est souvent associé au sulfate de chondroïtine (p.ex. BURGERSTEIN CHONDROVITAL°, VITA MOBILITY COMPLEX°, VOLTAFLEX PLUS°) à des doses de 1500 mg par jour, sauf VOLTAFLEX PLUS° (365 mg). Les études sont contradictoires et l'effet de la glucosamine sur les douleurs et le ralentissement de la dégradation articulaire n'est pas clairement démontré ¹⁵.

Attention au risque d'allergie, surtout chez les patients allergiques aux crustacés : le sulfate de glucosamine est souvent extrait à partir de leur carapace.

Des extraits de **collagène** sont parfois employés et pourraient contribuer à réduire la douleur, mais là aussi, des études supplémentaires sont souhaitables ¹⁶. On en trouve sous forme

¹² www.arthrolink.com (consulté le 28.11.2017)

¹³ La Revue Prescrire 2017 ; Infos-Patients Prescrire / Arthrose : soulager la douleur

¹⁴ Revue Cochrane 2015 ; La chondroïtine pour l'arthrose

¹⁵ Medical news today 2017/ Glucosamine: should I try?

¹⁶ British Journal of Sports Medicine 2017 ; Dietary supplements for treating osteoarthritis: a systematic review and meta-analysis (epub ahead of print)

combinée avec vitamines et glucosamine et/ou chondroïtine dans différents compléments alimentaires comme EXTRA CELL MATRIX° ou VITA COLLAGEN COMPLEX°.

La **griffe du diable** (*Harpagophytum procumbens*), prise sous forme d'infusion, de teinture ou de comprimés, permet de soulager les douleurs liées à l'arthrose : voir PN n° 148 d'octobre 2017.

Traitements topiques

- **AINS topiques :**

Ils existent sous forme de gel, crème, spray ou patch et présentent l'avantage d'effets indésirables moins prononcés que les AINS pris par voie orale. Les préparations à base de diclofénac et de kétoprofène sont les mieux étudiées : un effet modéré sur la réduction des douleurs a été constaté¹⁷.

Diclofénac : p.ex. FLECTOR TISSUGEL°, OLFEN PATCH°, VOLTAREN°

Kétoprofène : FASTUM°

Etofénamate : RHEUMON° /-FORTE° gel et spray, TRAUMALIX° /-FORTE° gel et spray.

Ibuprofène : DOLOCYL° crème

- **Autres préparations topiques :**

La **consoude** et l'**arnica** sont utilisées pour leurs propriétés anti-inflammatoires. Sous forme de gel ou de crème, ces préparations sont généralement bien tolérées et peuvent soulager les douleurs¹⁰. On trouve par exemple de la consoude dans Dr. ANDRES GEL DE SYMPHYTUM° et KYTTA° et de l'arnica dans A.VOGEL ATROGEL° et ATROMED°.

Différentes **huiles essentielles** ont des propriétés anti-inflammatoires. Des spécialités comme DUL-X CLASSIC° ou PERSKINDOL CLASSIC° en contiennent un mélange.

La **capsaïcine**, provenant du poivre de Cayenne, agit en bloquant les signaux douloureux et provoque une vasodilatation et une sensation de chaleur. On en trouve par exemple dans ISOLA CAPSICUM N°, HANSAPLAST ABC PANSEMENT THERMOGENE° ou TRAUMALIX DOLO PATCH°.

Le **soufre** et le méthylsulfonylmethane (**MSM**), un composé à base de soufre, auraient des propriétés anti-inflammatoires, analgésiques et myorelaxantes. Le bain SOUFROL° et la crème SOUFROL ARTHRO° en contiennent, cette dernière en association avec glucosamine et chondroïtine. Une petite étude (ouverte, sans comparaison avec placebo) affiche un effet dans le traitement de la douleur arthrosique, mais d'autres études contre placebo seraient souhaitables. Le PN ne comprend pas l'intérêt de l'application topique de glucosamine et chondroïtine (molécules de grandes tailles ne pénétrant pas dans la peau).



Chirurgie

Lorsqu'une articulation est fortement endommagée par l'arthrose, il est possible de la remplacer par une articulation artificielle (prothèse). Les opérations concernent le plus souvent la hanche, le genou ou l'épaule. Un autre procédé, consistant à souder des parties d'articulation, peut être utilisé pour de petites articulations comme les doigts.

¹⁷ Revue Cochrane 2016 ; Médicaments AINS topiques pour les douleurs musculo-squelettiques chroniques chez l'adulte

Autres moyens de soulagement

Les **compresses thermiques** sont utilisées pour soulager temporairement les douleurs liées à l'arthrose. On peut appliquer à choix du chaud, pour détendre les muscles crispés par la douleur et favoriser la circulation sanguine, ou du froid, qui a une action anesthésiante et aide à réduire l'inflammation. En cas de doute, on peut conseiller au patient d'essayer les deux versions pour voir laquelle apporte le plus de soulagement.



Certaines compresses thermiques peuvent être chauffées au micro-ondes ou en casserole ou refroidies au congélateur (p. ex. COLD HOT PACK^o). Veiller à ne pas les appliquer directement sur la peau.

D'autres patchs auto-chauffants procurent de la chaleur pendant 8 à 12 heures par une réaction d'oxydation au contact de l'oxygène (p.ex. DOLOR-X HOT PAD^o et THERMACARE^o).

Attention au risque de brûlure, surtout chez la personne âgée. Il est déconseillé d'utiliser ces patchs pendant la nuit pour éviter de se « brûler » sans s'en rendre compte. Il est possible de les appliquer par-dessus un vêtement en cas de sensibilité à la chaleur.

Une poche à glace emballée dans un linge ou une bouillotte peuvent aussi être employées.

Le port d'une **attelle** (ou orthèse), rigide ou élastique, peut apporter un soulagement ¹².

Le port de **semelles orthopédiques** permet d'amortir les chocs et donc de ménager le cartilage au niveau des genoux, des hanches et des chevilles. Elles peuvent aussi dans certains cas modifier l'axe de marche et décharger certaines parties d'articulation de façon ciblée ¹².

L'utilisation d'une canne ou de béquilles diminue les douleurs à la marche en déchargeant le poids du corps.

Il existe aussi des **moyens auxiliaires** qui facilitent le quotidien des patients atteints d'arthrose : p. ex. brosses à long manche, enfile-chaussette ou ouvre-bocal ¹⁰.

Prévention de l'aggravation de l'arthrose

Les mesures d'hygiène de vie mentionnées ci-dessus contribuent à ralentir la progression de l'arthrose : activité physique adaptée, perte de poids. Un arrêt du tabagisme est aussi conseillé, car les études suggèrent une baisse de l'apport en nutriments du cartilage lié à la consommation de nicotine ¹⁰.

Il est important de traiter rapidement et efficacement tout traumatisme articulaire. Une entorse grave du genou ou de la cheville peut p. ex. favoriser la survenue d'une arthrose.

La correction d'une anomalie au niveau des membres inférieurs (genoux en X, pieds plats, halux valgus) à l'aide de supports plantaires est aussi recommandée ¹⁰.

Pour aller plus loin : les infiltrations

Les infiltrations sont des injections intra-articulaires destinées au soulagement rapide des douleurs récalcitrantes. Différents produits peuvent être injectés¹⁸:

Les **corticoïdes** sont les plus utilisés, ils permettent d'améliorer la mobilité pendant trois à quatre semaines. Des effets systémiques ne sont pas exclus. Une mise au repos de l'articulation est conseillée dans les 24 à 48 heures suivant l'infiltration.

L'**acide hyaluronique** est un des composants essentiels du liquide synovial, responsable de sa viscosité. Comme une articulation enflammée provoque sa dégradation rapide, il peut être injecté directement dans l'articulation, on parle alors de viscosupplémentation. Même si l'effet sur la douleur et la mobilité semble être modeste, c'est une alternative pour certains patients chez lesquels les autres traitements sont contre-indiqués. L'effet persiste pendant quelques semaines à quelques mois. On notera que ces produits ne sont pas enregistrés comme médicaments et ne sont donc pas remboursés.

L'injection de **plasma riche en plaquettes** est en plein essor, car il permet un effet prolongé jusqu'à douze mois¹⁸. Le plasma est obtenu à partir de sang prélevé chez le patient et centrifugé ; il est ainsi enrichi en plaquettes et donc en facteurs de croissance aux propriétés régénératrices. Il n'est pas encore établi si le traitement permet un ralentissement de l'arthrose ou s'il est seulement symptomatique¹⁹.

L'ARTHROSE - A retenir pour le conseil :

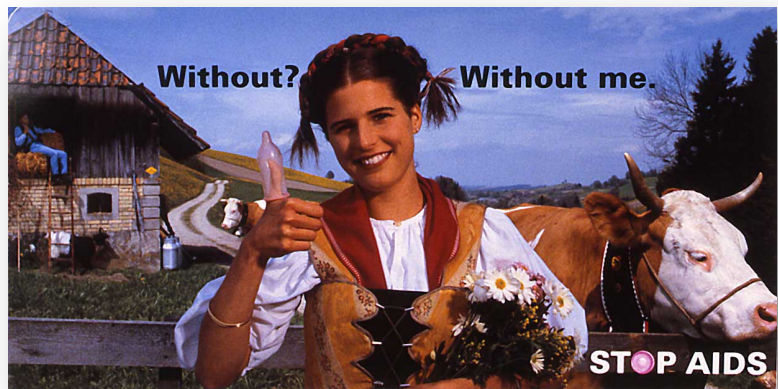
- ✓ détérioration du cartilage articulaire provoquant raideur matinale, douleurs articulaires à l'effort et gonflement des articulations
- ✓ traitement oral (paracétamol, AINS/COX2, chondroïtine), local (AINS, consoude, arnica, capsaïcine, soufre), par injection intra-articulaire ou opération
- ✓ soulagement possible par des emplâtres chauds ou froids, le port d'attelles ou de semelles orthopédiques
- ✓ prévention de l'aggravation par une bonne hygiène de vie, la correction de toute anomalie des membres inférieurs, une prise en charge conséquente des blessures touchant les articulations et éventuellement la prise de chondroïtine

¹⁸ Rev Med Suisse 2016 ; 12 : 90-94

¹⁹ Curr Rheumatol Rep 2017 ; 19 (5) : 24

INFECTIONS SEXUELLEMENT TRANSMISSIBLES (IST) ET « SAFER SEX »

Trente ans après le début des premières campagnes de prévention du VIH, l'Office Fédéral de la Santé Publique (OFSP) a actualisé cet automne les messages en la matière. C'est l'occasion de consacrer un article sur les principales infections sexuellement transmissibles (IST), leurs risques et traitements et de présenter les nouveautés en matière de prévention.



Qu'entend-on au juste par « IST » ?

Les IST sont provoquées par différents agents infectieux (bactéries, virus mais également protozoaires) et certaines d'entre elles se transmettent facilement. Elles se transmettent essentiellement par voie sexuelle. Toutefois, une transmission autre que sexuelle (par le sang ou des sécrétions corporelles) est aussi possible. Les principales IST sont : la chlamydie, la gonorrhée, les hépatites A, B et C, les herpès labial (dit de type 1) et génital (de type 2), la lymphogranulomatose vénérienne, la syphilis, la trichomonose et le VIH²⁰. Le PN a consacré déjà de nombreux articles sur certaines pathologies. Afin de ne pas allonger l'article, seules seront traitées ici les IST les moins souvent abordées par le passé.

Les IST provoquées par des bactéries

La chlamydie

C'est l'IST d'origine bactérienne la plus fréquente. L'agent pathogène est la bactérie *Chlamydia trachomatis*. Elle peut se transmettre lors de rapports sexuels oraux, vaginaux et anaux non protégés mais également être transmise de la mère à l'enfant pendant l'accouchement.

Environ 70 % des femmes et 50 % des hommes atteints d'une infection à *Chlamydia* ne présentent que peu ou pas de symptômes. Quand ils se manifestent, normalement entre deux à six semaines après l'infection, il s'agit principalement de brûlures et de douleurs à la miction ainsi que d'un écoulement vaginal ou urétral. Même en l'absence de symptômes, l'infection peut être transmise aux partenaires sexuels ce qui contribue à sa diffusion. La chlamydie peut être traitée efficacement par des antibiotiques ou guérir spontanément. Le traitement de première ligne est l'azithromycine (ZITHROMAX[®] et génériques) 1 g en dose unique ou la doxycycline (VIBRAMYCINE[®] et génériques) à 100 mg deux fois par jour durant sept jours²¹.

Chez la femme, une chlamydie non traitée peut entraîner des douleurs abdominales, de la fièvre, des pertes vaginales anormales, des douleurs pelviennes et une obstruction des trompes de Fallope, ce qui augmente le risque de grossesses extra-utérines et peut causer une stérilité. Chez l'homme, elle peut provoquer également une stérilité, mais c'est plus rare que chez la femme. Les nouveau-nés infectés présentent parfois une conjonctivite ou une pneumonie²².

²⁰ www.bag.admin.ch/bag/fr/home/themen/mensch-gesundheit/uebertragbare-krankheiten/sexuell-uebertragbare-infektionen/hiv-aids-und-andere-sexuell-uebertragbare-infektionen.html

²¹ PN n°87, septembre 2011

²² www.bag.admin.ch/bag/fr/home/themen/mensch-gesundheit/uebertragbare-krankheiten/infektionskrankheiten-az/chlamydie.html

Cette IST fait l'objet d'une surveillance permanente par l'OFSP au moyen d'un système à déclaration obligatoire. En 2016, les cas étaient en hausse de 8% par rapport à 2015. La majorité des cas (67%) concernent les femmes ²³.

La lymphogranulomatose vénérienne



La lymphogranulomatose vénérienne est causée par une forme particulière de la bactérie *Chlamydia trachomatis* (sérotypes L1, L2, et L3). Cette IST est très rare dans la population générale. Elle est réapparue chez les hommes qui ont des rapports sexuels avec des hommes, principalement chez ceux qui sont VIH-positifs. Elle peut être transmise par des rapports sexuels non protégés.

La lymphogranulomatose vénérienne est souvent asymptomatique. Les premiers symptômes sont des ulcérations non douloureuses au niveau de la bouche ou de l'anus selon le lieu de la contamination. Au second stade, on observe typiquement un gonflement des ganglions accompagné de douleurs et de fièvre, ainsi que

des saignements et des écoulements purulents. Si on ne la traite pas rapidement, l'infection peut provoquer des lésions laissant dans l'anus ou d'autres parties du corps d'importantes cicatrices qui exigent un traitement chirurgical. L'infection se traite facilement par les mêmes antibiotiques que la chlamydie ²⁴.

La gonorrhée

La gonorrhée ou blennorragie, appelée familièrement « chaude-pisse », est l'une des IST les plus répandues au monde. Elle est provoquée par la bactérie *Neisseria gonorrhoeae*, présente dans les sécrétions génitales des personnes infectées et se transmet lors de rapports sexuels oraux, vaginaux ou anaux non protégés, ainsi que de la mère à l'enfant pendant l'accouchement.

Les premiers symptômes surviennent le plus souvent deux à sept jours après l'infection. Chez l'homme, il s'agit principalement d'une rougeur et d'un gonflement de l'orifice de l'urètre, accompagnés d'une sensation de brûlure lors de la miction et d'un écoulement purulent. Chez la femme, il s'agit également le plus souvent d'écoulements et de douleurs à la miction.

Toutefois, davantage chez l'homme, l'infection est asymptomatique ou évolue avec des symptômes plus discrets et passe donc longtemps inaperçue. Selon les pratiques sexuelles, elle peut aussi apparaître dans la bouche, la gorge ou la région anale, le plus souvent en évolution asymptomatique, parfois sous forme de rougeur et d'irritation.

La gonorrhée guérit habituellement avec un traitement antibiotique (ROCEPHIN° et génériques (ceftriaxone) en i.m. à 500 mg en dose unique ou ZITHROMAX° et génériques (azithromycine) à 2 g en dose unique per os), mais l'apparition de souches résistantes à des antibiotiques qui étaient efficaces il y a quelques années encore est préoccupante.

Non traitée, la gonorrhée peut entraîner une stérilité tant chez l'homme que chez la femme ou, plus rarement, des inflammations des articulations, de la peau, du cœur et des conjonctives ; cette

²³ Bulletin de l'OFSP n°43, octobre 2017

²⁴ www.bag.admin.ch/bag/fr/home/themen/mensch-gesundheit/uebertragbare-krankheiten/infektionskrankheiten-az/lymphogranuloma-venereum.html

dernière se manifeste également chez l'enfant après la transmission de la mère à l'enfant pendant l'accouchement^{25,26}.

Cette IST fait également l'objet d'une surveillance permanente par l'OFSP au moyen de déclarations obligatoires. En 2016, les cas étaient en hausse de 20% par rapport à 2015. Contrairement à la chlamydie, la majorité des cas (79%) concernent les hommes²³.

La syphilis

Elle est provoquée par la bactérie *Treponema pallidum*. Non traitée, la syphilis évolue en quatre stades (voir les détails dans la partie « pour aller plus loin »).

Cette IST fait l'objet d'une surveillance permanente par l'OFSP au moyen de déclarations obligatoires. En 2016, les cas étaient en hausse de 15% par rapport à 2015. La majorité d'entre eux concernent les hommes (89%). Si l'on considère uniquement les cas où la voie d'infection est connue, 76% concernent des relations sexuelles entre hommes contre seulement 24% des diagnostics d'infections par voie hétérosexuelle²³.

Les IST provoquées par des virus

Les hépatites A, B et C

L'hépatite A est une maladie inflammatoire du foie d'origine infectieuse. Le virus est transmis par voie féco-orale, c'est-à-dire par contact avec l'agent infectieux à travers l'absorption directe ou indirecte de matières fécales dans l'organisme. Ceci se produit généralement en présence d'aliments, d'eau ou d'objets contaminés ou lors de contacts interpersonnels étroits (p.ex. jardin d'enfants, colocation ou lors de contacts sexuels, particulièrement chez les hommes ayant des rapports sexuels avec des hommes). Une transmission par le sang et les produits sanguins est possible, mais très rare.

L'hépatite A se caractérise par de la fièvre, des malaises, une jaunisse, une perte d'appétit et des nausées. La période d'incubation varie entre 15 et 50 jours. En général, elle dure plusieurs semaines et guérit spontanément. L'infection n'est jamais chronique et confère une immunité définitive.

Il est possible de prévenir l'infection au virus de l'hépatite A en se faisant vacciner (HAVRIX®). La vaccination est particulièrement recommandée aux personnes voyageant dans une région à risque et aux hommes ayant des rapports sexuels avec des hommes. Pour se protéger, il convient également de bien respecter les règles d'hygiène élémentaire (laver les mains, en sortant des toilettes, avant de manipuler des aliments et avant de passer à table). Dans les zones à risque, il faut éviter de boire de l'eau non bouillie et de manger des plats insuffisamment cuits. Les fruits consommés doivent être épluchés²⁷.



²⁵ www.bag.admin.ch/bag/fr/home/themen/mensch-gesundheit/uebertragbare-krankheiten/infektionskrankheiten-a-z/gonorrhoe.html

²⁶ Revue Prescrire, Avril 2014, Tome 34, N°366

²⁷ www.bag.admin.ch/bag/fr/home/themen/mensch-gesundheit/uebertragbare-krankheiten/infektionskrankheiten-a-z/hepatitis-a.html



L'hépatite B est aussi une maladie inflammatoire du foie d'origine infectieuse. Le virus est très contagieux et se transmet par les liquides corporels (surtout le sang et les sécrétions génitales) de personnes infectées principalement lors du partage de seringues ou durant les rapports sexuels (génitaux, anaux et oraux) mais aussi en cas de lésions minimales de la peau et par les muqueuses. Une femme infectée peut transmettre la maladie à son enfant lors de l'accouchement.

L'évolution clinique est très variable. Chez environ un tiers des patients, la maladie évolue sans symptômes. Des symptômes généraux non spécifiques tels qu'un manque d'appétit, des nausées, des vomissements, des douleurs abdominales ou articulaires, de la fièvre

ou des éruptions cutanées peuvent apparaître 45 à 180 jours après l'infection. L'hépatite B aiguë guérit le plus souvent complètement et spontanément. Cependant chez 5 à 10 % des malades infectés à l'âge adulte et 90 % des nourrissons infectés à la naissance, elle va devenir chronique. Elle peut conduire alors à une cirrhose ou à un cancer du foie. Une infection chronique peut se traiter par des médicaments antirétroviraux.

Pour prévenir l'hépatite B, la vaccination est recommandée chez tous les adolescents de 11 à 15 ans et certains groupes à risque notamment le personnel de santé et les consommateurs de drogues. Il est également recommandé de ne pas partager les seringues, ni de se faire tatouer dans les pays où la maladie est répandue ²⁸.

L'hépatite C est également une maladie inflammatoire du foie d'origine infectieuse. Elle se transmet principalement par le sang. La transmission du virus par voie sexuelle est très rare. Un risque majeur existe toutefois au sein de certains groupes (chez les hommes ayant des relations sexuelles de groupe avec d'autres hommes, surtout s'ils sont aussi porteurs du VIH). Cette forme d'hépatite a été plusieurs fois traitée dans le PN car de nombreux nouveaux médicaments ont été commercialisés récemment. Pour plus d'explications sur cette pathologie et ses traitements, voir le PN n°142 de mars 2017.

Les herpès labiaux et génitaux

L'herpès de type 1 provoque le plus souvent des infections au niveau de la bouche ou du visage (c'est le fameux « bouton de fièvre »), tandis que celui de type 2 s'attaque principalement à la sphère génitale.

L'herpès est transmis par le contact avec les muqueuses (génitales, anales ou buccales) ou avec une peau infectée. La transmission de la mère à son nouveau-né est également possible, de même qu'une auto-contamination (p.ex. de la bouche aux yeux). Le risque de transmission existe même en l'absence de symptômes.

Les principaux symptômes sont des vésicules accompagnées de démangeaisons et de brûlures, surtout au niveau de la bouche, des lèvres ou de la région génitale. Les autres symptômes possibles sont des douleurs à la miction, des ganglions enflés, de la fièvre et des douleurs locales croissantes.

Il n'existe pas de traitement définitif de l'herpès. On ne peut que traiter les symptômes, généralement par des médicaments antiviraux (cf PN n°143 d'avril 2017), qui réduisent la fréquence des récurrences et la durée des poussées.

²⁸ www.bag.admin.ch/bag/fr/home/themen/mensch-gesundheit/uebertragbare-krankheiten/infektionskrankheiten-a-z/hepatitis-b.html

Le HIV / SIDA

Ce virus s'attaque aux cellules du système immunitaire, provoquant une immunosuppression progressive pouvant mener à un syndrome d'immunodéficience acquise (SIDA). Cette immunodéficience augmente le risque d'infections opportunistes qui sont la principale cause de décès. Pour plus d'explications, voir le PN n°105 de juin 2013.

Si ces derniers mois, plusieurs nouveaux médicaments antirétroviraux ont été commercialisés, les guidelines de traitements demeurent inchangées (cf PN n°142 de mars 2017 et PN n°148 d'octobre 2017).



L'IST provoquée par un protozoaire

La trichomonase

Elle est due à des parasites qui sont souvent transmis par voie sexuelle. L'infection est souvent asymptomatique, surtout chez l'homme. La moitié des femmes ne présentent aucun symptôme. Quand ils se manifestent, il s'agit de démangeaisons, de brûlures à la miction et d'un écoulement à l'odeur douceâtre et désagréable. Non traitée, l'infection peut entraîner une stérilité aussi bien chez la femme que chez l'homme. La trichomonase est l'IST la plus fréquente dans le monde, avec 5 millions de nouveaux cas par an. Les plus touchés sont les jeunes, hommes et femmes. La maladie se soigne par des médicaments antiparasitaires, principalement le métronidazole (ARILIN°, FLAGYL° et génériques) ²⁹.

Les nouveautés en matière de prévention

Pour rappel, le meilleur moyen de prévenir les hépatites A et B reste la vaccination. Pour les autres IST, il n'existe pas de vaccin.

Les règles de prévention actuelles sont les suivantes :

1. Pénétration vaginale ou anale avec préservatif
2. « *Et parce que chacun(e) l'aime à sa façon, faites sans tarder votre « safer sex check » personnel sur www.lovelife.ch* » (des règles plus spécifiques étant ensuite proposées selon les résultats).

Le site internet www.lovelife.ch permet de remplir un questionnaire sur sa sexualité, puis offre des conseils personnalisés en matière de « safer sex ». Ces recommandations personnalisées peuvent ensuite être sauvegardées, imprimées ou conservées en vue d'un entretien conseil avec un professionnel de santé. Il s'agit bien entendu d'un bilan ponctuel. Si la situation personnelle devait changer, un nouveau questionnaire devrait être complété ²³.

Prévention du HIV : la nouveauté 2016

Une prophylaxie préexpositionnelle pharmacologique contre le HIV (abrégée PrEP) est désormais possible, sous forme de traitement oral quotidien qui comprend l'émtricitabine et le ténofovir disoproxil (TRUVADA°). Des études sont encore en cours pour démontrer l'efficacité d'une prise ponctuelle juste avant et après un rapport sexuel. Pour l'heure, l'OFSP recommande donc une prise quotidienne. Elle offre une protection comparable du point de vue du HIV à celle du préservatif, mais pas des autres IST. Toutefois, le prix en est la principale limite : pour rappel l'emballage de TRUVADA° pour un mois coûte CHF 900.-. Comme cet usage reste pour l'heure off-label, l'assurance-maladie ne rembourse pas le traitement et l'OFSP a bloqué momentanément la commercialisation du générique.

²⁹ www.bag.admin.ch/bag/fr/home/themen/mensch-gesundheit/uebertragbare-krankheiten/infektionskrankheiten-az/trichomoniasis.html

POUR ALLER PLUS LOIN...

Les quatre stades de la syphilis :

1) Syphilis primaire

Les premiers symptômes peuvent apparaître entre 5 et 21 jours et jusqu'à trois mois après l'infection. Il s'agit d'une ulcération des muqueuses appelée « chancre » aux voies d'accès de la bactérie dans l'organisme (pénis, anus, vagin, pharynx ou autres parties du corps). On constate aussi un gonflement des ganglions lymphatiques. A ce stade, les symptômes peuvent passer inaperçus et disparaître au bout de quatre à six semaines, même sans traitement. Mais l'infection persiste et reste contagieuse.

2) Syphilis secondaire

Elle apparaît trois à dix semaines après le chancre et se caractérise par une éruption cutanée de forme très variable généralement sans démangeaison. Elle s'accompagne parfois d'une perte de cheveux, d'une inflammation de ganglions lymphatiques ou de la fièvre. Les symptômes disparaissent également sans traitement.

3) Syphilis latente

C'est une période asymptomatique qui peut durer plusieurs mois, voire plusieurs années. A ce stade, l'infection est souvent décelée à l'occasion d'un test de dépistage de routine. La maladie continue à évoluer en provoquant notamment des lésions du système nerveux (bourdonnements d'oreilles, diminution de l'acuité auditive, diminution de l'acuité visuelle, maux de tête).

4) Syphilis tertiaire

Elle apparaît des années après le début de l'infection (après 3 à 20 ans) et peut se manifester par des atteintes irréversibles du cœur, du cerveau, des os, de la peau et d'autres organes. La neurosyphilis correspond à une destruction progressive du tissu nerveux au niveau du cerveau ou de la moelle osseuse. Le principal risque est alors l'apparition de changements de la personnalité, voire d'une démence. Ce stade est toutefois rarement atteint de nos jours grâce aux traitements antibiotiques : (VIBRAMYCINE° et génériques per os (doxycycline) à 100 mg deux fois par jour durant 14 jours ou ROCEPHIN° et génériques en iv, im ou sc (ceftriaxone) à 1 g par jour durant 10 à 14 jours)^{30,31}.

Prix :

Une polémique liée au prix du TRUVADA° anime les conversations au sein des associations de patients et du monde médical. En effet, certains médecins ou groupes de patients recommandent de se procurer du TRUVADA° dans les pays voisins où l'emballage coûte entre 100 et 200 Euros (des génériques y étant commercialisés). Les médias suisses romands ont également relayé le sujet à l'occasion de la journée internationale consacrée au HIV le 01 décembre dernier (voir le reportage sous <https://www.rts.ch/info/sciences-tech/medecine/9133952-la-prep-cette-pilule-anti-vih-efficace-mais-peu-utilisee-en-suisse.html>).

Cette nouvelle option de prévention peut être envisagée chez les personnes séronégatives exposées à un risque important de contamination par le HIV. TRUVADA° peut entraîner une toxicité rénale et un déficit en vitamine D. Le patient doit donc être régulièrement suivi. De plus, comme tout traitement antirétroviral, il est susceptible d'interagir avec de nombreux autres médicaments^{32,33}.

³⁰ www.bag.admin.ch/bag/fr/home/themen/mensch-gesundheit/uebertragbare-krankheiten/infektionskrankheiten-a-z/syphilis.html

³¹ Revue Prescrire, novembre 2017, Tome 37, N°409

³² Revue Prescrire, septembre 2017, Tome 37 N°407

IST ET SAFER SEX - A retenir pour le conseil :

- ✓ les IST se transmettent essentiellement par voie sexuelle mais une transmission autre que sexuelle est aussi possible
- ✓ infection par des bactéries, virus et protozoaires
- ✓ les recommandations en matière de prévention sont désormais personnalisables sur le site www.lovelife.ch
- ✓ la nouveauté dans la prévention du HIV est la prophylaxie préexpositionnelle (par TRUVADA®)

LES MEDICAMENTS DE LA MEDECINE ANTHROPOSOPHIQUE

La médecine anthroposophique est une approche médicale fondée sur l'anthroposophie, un système social et philosophique créé au début du XXe siècle par le scientifique et philosophe d'origine autrichienne Rudolph Steiner. L'anthroposophie propose une vision du monde humaniste qui intègre les dimensions matérielles et spirituelles de l'être humain. Elle se caractérise par un élargissement de la connaissance (réalisme spirituel) et par le développement de la responsabilité individuelle (individualisme éthique).



Le mot est formé de deux racines grecques : anthropos (humain) et sophia (sagesse).

L'anthroposophie se veut une philosophie pratique et appliquée. Elle propose des outils concrets applicables à toutes sortes de domaines tels que l'éducation des enfants (écoles Steiner-Waldorf), l'agriculture (biodynamie), l'architecture, l'alimentation, les sciences sociales, les arts (*eurythmie*, art-thérapie, musicothérapie, etc.) et la médecine (médecine anthroposophique)³⁴.

C'est en Suisse que les aspects médicaux de l'anthroposophie ont pris forme, en 1920, lorsque R. Steiner donna une série de conférences à l'intention de médecins et d'étudiants en médecine. Par la suite, Ita Wegman (médecin hollandaise, 1876-1943) se joignit à lui pour en concevoir les applications.

Eléments de base

La médecine anthroposophique se situe dans la continuité de la médecine conventionnelle, ne rejetant aucunement ses fondements scientifiques, mais en y introduisant des éléments d'ordre spirituel. Les médecins anthroposophes suivent la formation médicale universitaire classique complétée d'une formation complémentaire anthroposophique (en Suisse, il

L'eurythmie

L'eurythmie est un ensemble de mouvements corporels associés à la musique et à la prononciation de voyelles et de consonnes, une sorte de danse où la voix, les sons et les mouvements du corps contribuent à l'harmonisation de la personne. Elle peut être artistique, mais aussi curative.

³³ Recommandations de la Commission fédérale pour la santé sexuelle (CFSS) en matière de prophylaxie pré-exposition contre le VIH (PrEP) en Suisse

³⁴ <http://www.passeportsante.net>

existe ainsi un certificat FMH de "Praticien en médecine élargie par l'anthroposophie").

Le médecin anthroposophe voit son patient comme un tout complexe. Il considère que pour le traiter adéquatement, il doit tenir compte de ses multiples dimensions : émotions, esprit, caractère, histoire passée, particularités physiques, éducation, milieu de vie, aspirations, etc. On parle d'une approche médicale holistique (prend soin de l'individu dans son entier)³⁴. Ainsi, la médecine anthroposophique va au-delà du corps physique en introduisant des éléments d'ordre spirituel.

L'être humain selon l'anthroposophie³⁵

Selon l'anthroposophie, l'être humain est constitué de quatre éléments constitutifs indissociables et interpénétrés comme des poupées russes qui se chevaucheraient en dépassant toujours le plan précédent :

- le corps **physique** : de constitution minérale, c'est le seul que la science traditionnelle reconnaisse. Il est directement accessible aux investigations de l'anatomie, de la biologie, de la physiologie, etc.,
- Le corps **éthérique** appelé également corps vital ou corps de forces formatrices. Il s'agirait d'un champ de forces inaccessible à nos sens qui ferait du corps physique un corps vivant. Les plantes et les animaux auraient également un corps éthérique.
- le corps **astral** appelé également corps psychique, corps de conscience ou corps des désirs. Il réunit tout ce qui se manifeste au niveau de la personnalité sous forme de sensations (passion, désir, sympathie, antipathie, etc.). Il aurait une forme ovoïde parcourue par des courants de forces psychiques apparaissant lumineuses et très colorées à la "perception clairvoyante". Dans la littérature ésotérique, on en parle souvent comme de l'aura.
- le corps **spirituel** ou **Moi** est considéré comme l'entité supérieure immortelle de l'homme. Il confère la conscience de soi, la parole articulée et la station verticale, sentiments qui nous apparentent aux « entités spirituelles » qui agissent dans l'Univers.

Les quatre éléments entretiennent des rapports changeants, plus ou moins intimes. Un lien très étroit unit le corps physique au corps éthérique, constituant ainsi le complexe inférieur; le corps astral et le Moi forment le complexe supérieur³⁶.

Cette approche conduit à reconnaître dans l'organisme deux structures fonctionnelles opposées. Là où elles se rencontrent, émerge une troisième structure remplissant des fonctions rythmiques d'équilibre. Les anthroposophes déterminent ainsi trois éléments spirituels^{37,34} :

- Le système métabolique (nutrition-digestion-assimilation-excrétion) qui constitue le fondement physiologique de la vie et permet l'action. Il s'apparente à la **volonté**,
- Le système neurosensoriel (cerveau et système nerveux) qui assure le catabolisme des substances organiques (l'esprit s'émancipe de la matière qu'il a lui-même formée). Il s'apparente à la **pensée**,
- Le système rythmique (sang-cœur-poumons) est placé au milieu des deux autres et les maintient en équilibre. Il s'apparente aux **sentiments**.

Selon la médecine anthroposophique, c'est le système rythmique qui garantit la santé : cette dernière repose sur l'équilibre entre des forces constructives et destructives. La prédominance

³⁵ <http://www.histophilo.com>

³⁶ <https://medecine.savoir.fr>

³⁷ <http://www.arena-anthropomed.fr>

d'un système sur l'autre conduit à un déséquilibre rythmique, qui se traduit par des maladies. Elles apparaissent quand un processus physiologique naturel se produit au mauvais endroit et au mauvais moment. Le but de la thérapie est donc de « rééduquer » la personne malade, de telle sorte qu'elle retrouve l'équilibre qui permet aux processus naturels de se dérouler de nouveau au bon endroit et au bon moment ³⁵.

Les traitements anthroposophiques

Les traitements que propose la médecine anthroposophique se basent sur les différents éléments ci-dessus. Ainsi, en plus des médicaments pour le corps physique, le patient se voit prescrire ou conseiller des ateliers d'art plastique ou de musique, des séances de massage, des changements de mode de vie ou la pratique de l'eurythmie curative. Il s'agit généralement d'une intervention globale sur le mode de vie du patient. Ce dernier est appelé à prendre en charge son propre processus de guérison. L'objectif est d'aider le patient à retrouver un équilibre sain qui lui est propre.



Dans la mesure du possible, la médecine anthroposophique évite le recours aux médicaments allopathiques, se tournant de préférence vers des médicaments entièrement conçus à base de composants végétaux, minéraux ou d'origine animale. Les substances minérales typiques sont par exemple le calcium, le soufre et le quartz. Parmi les plantes médicinales, on trouve par exemple l'arnica, la gentiane jaune et la chélidoine. Les métaux les plus utilisés sont l'or, l'argent, le fer et l'étain. Enfin, les substances animales les plus fréquentes sont le venin d'insectes et les extraits d'organes de mammifères.

Les médicaments anthroposophiques peuvent être administrés sous différentes formes ; celles-ci présentant généralement un lien avec le constituant de l'organisme devant être guéri.

- En usage externe : spray nasal, gouttes pour les yeux, émulsions, gels, essences, huiles, pâtes, poudres, teintures et pommades.
- En usage interne : dilutions homéopathiques, gouttes, granules, poudres, comprimés, capsules, suppositoires, tisanes ou suppositoires vaginaux.
- En injection ou inhalation : dilutions stériles, ampoules.

Aux côtés des médicaments, les traitements anthroposophiques comprennent également :

- un régime nutritionnel : alimentation ovo-lacto-végétarienne individualisée.
- des thérapies artistiques : la situation de vie est exprimée par la peinture, le modelage, la musique, l'eurythmie, ainsi que par des discussions avec des thérapeutes anthroposophes. Ces thérapies visent à stimuler le patient.

Modes de fabrication des médicaments

Les procédés de fabrication des médicaments anthroposophiques sont déterminés en fonction de la substance de base et de l'effet recherché sur les différents constituants de l'organisme. Les techniques habituellement utilisées sont :

- A. Les procédés thermiques secs comme :
- Sécher
 - Griller (170° - 200 °C)
 - Carboniser (au-delà de 200 °C)
 - Incinérer (500° - 700 °C)
- B. Les procédés thermiques humides comme :
- La macération (15° - 20 °C)
 - La digestion (37 °C)

- L'infusion (90 °C)
- La décoction (100 °C)
- La distillation (au-delà de 100 °C)

C. La dynamisation

Les dynamisations varient en type et en nombre selon le médicament. La convention est d'utiliser le mot dynamisation pour les dilutions rythmiques, et le mot dilution dans les autres cas. La dynamisation consiste en une dilution standardisée répétée de la substance initiale dans un milieu adéquat, le milieu étant soumis à une agitation rythmique entre chaque dilution. La



médecine anthroposophique utilise exclusivement les dilutions décimales Hahnemanniennes (1 goutte de la teinture mère pour 9 gouttes de solvant) qui s'expriment en DH (ou D). Celles-ci couvrent en général une palette de hauteurs de dilution allant de la teinture mère (TM) à la trentième décimale (30DH / D30) et se présentent sous différentes formes pharmaceutiques (liquides, poudres, etc.). Alors qu'en homéopathie classique, les dynamisations sont effectuées de manière mécanique, l'anthroposophie privilégie les dynamisations manuelles³⁸.

Les préparations pharmaceutiques particulières³⁸

a) Substances végétales soumises à un processus rythmique :

Afin d'éviter l'utilisation d'alcool pour la préparation et la conservation des extraits initiaux, certaines préparations telles que les extraits végétaux aqueux sont soumises à différentes séquences thermiques et lumineuses selon un certain rythme. Ce procédé empêche la dénaturation de la substance initiale par l'alcool. Ces techniques sont spécifiques à l'anthroposophie et ne sont pas utilisées en homéopathie classique.

Le laboratoire Wala utilise exclusivement ce procédé, le laboratoire Weleda l'utilise pour ses médicaments labellisés Rh.

b) Métaux végétalisés

Ces médicaments sont fabriqués à partir de teinture mère de plantes cultivées de manière particulière. Lors de la croissance, durant trois années consécutives, la terre des plantes est soumise de manière cyclique à un enrichissement constitué de compost et d'une solution d'un sel métallique (fer, cuivre, argent, mercure). Par exemple l'appellation *Urtica ferro culta* signifie que cette ortie a été cultivée sur un compost additionné de fer. Autre exemple : *Melissa cupro culta*. On dispose ainsi d'un remède contenant les forces métalliques, mais sous forme végétale. Ce procédé est appliqué exclusivement par le laboratoire Weleda.

c) Plantes « virtuelles »

Ces médicaments sont en quelque sorte l'inverse des précédents : ils sont élaborés à partir de minéraux naturels sur base de la composition minérale retrouvée dans les cendres de la plante médicinale. On obtient ainsi une « copie » de la plante présentée sous forme minérale. Par

³⁸ <https://www.antroposofischegeneeskunde.be>

exemple, *Solutio Kalii Sulfuratum* serait une composition minérale basée sur le modèle d'*Anagallis arvensis*³⁹.

d) Les miroirs métalliques

L'échauffement (sublimation) des métaux provoque la libération de vapeur. Cette vapeur se dépose sur une surface froide avec comme résultat la formation d'un miroir métallique. Ce miroir est la substance initiale utilisée pour fabriquer certains médicaments. Le but de ce procédé est d'améliorer l'efficacité thérapeutique du métal. Le laboratoire Weleda fabrique cette sorte de produits sous le nom "*metallicum praeparatum*".

e) Les spécialités

Ce sont en général des composés constitués de plusieurs minéraux et de plantes médicinales destinés à harmoniser certaines fonctions. Par exemple BIODORON° fabriqué par le laboratoire Weleda est constitué de trois substances, à savoir la silice, le fer et le soufre, et exerce un effet régulateur en cas de migraine.

f) Les préparations à base de gui

Parmi les médicaments anthroposophiques, il convient encore de citer les préparations à base d'extrait de gui fermenté, *Viscum album L.* Il existe différentes préparations sous forme d'ampoules qui se distinguent par leur dosage et par la nature de l'arbre hôte sur lequel le gui est récolté (le gui est une plante parasite qui se développe sur un arbre-hôte qui peut être un sapin, un érable, un amandier, etc.). Ces extraits de gui sont utilisés contre les tumeurs cancéreuses aussi bien en prévention qu'en traitement complémentaire aux thérapies conventionnelles. Les vertus anticancéreuses du gui se fondent sur une analogie entre le gui qui prolifère en se nourrissant au dépend d'un organisme-hôte qu'il affaiblit (l'arbre) et les cellules cancéreuses nourries par les vaisseaux sanguins du malade. Ces préparations à base de gui sont fabriquées par différents laboratoires (Wala, Hiscia, Helixor, Weleda) sous différents noms tels que HELIXOR° ou ISCADOR° par exemple.

Contre-indications et effets indésirables

Les médicaments anthroposophiques contiennent, entre autres, des métaux comme le plomb et le mercure. Pris sur une longue durée et sous forme concentrée, ces métaux peuvent être néfastes à l'organisme. La plupart des médicaments liquides contiennent de l'alcool et doivent donc être évités chez les enfants.

Fabricants

En Suisse, les entreprises Wala et Weleda sont spécialisées dans la fabrication de médicaments, d'aliments et de cosmétiques anthroposophiques. Elles proposent dans leurs gammes quelques produits pouvant être utilisés en automédication, notamment en cas d'affections cutanées, de problèmes digestifs ou de refroidissement.

Remboursement

Depuis 1999, la médecine anthroposophique constitue une méthode médicale complémentaire reconnue par la Chambre médicale (FHM). Les prestations médicales et les médicaments de la médecine anthroposophique sont provisoirement pris en charge par l'assurance obligatoire des soins pour autant que les thérapeutes soient formés. Afin que ce remboursement ne soit pas remis en cause, les associations spécialisées travaillent à préparer des preuves d'efficacité.

³⁹ <http://www.editions-med-ant.fr/wp-content/uploads/2014/07/CM30-SITE.pdf>

POUR ALLER PLUS LOIN...

Un peu d'histoire

Rudolf Steiner né le 27 février 1861 à Kraljevec, petit village près de la frontière austro-hongroise, étudia dans un premier temps les sciences à Vienne dans l'intention de devenir enseignant. Parallèlement, il s'intéressa à la philosophie et notamment à l'œuvre de Goethe. A l'âge de 33 ans, il écrivit son œuvre philosophique capitale «La Philosophie de la Liberté», dans laquelle il fit part du résultat «d'observations de l'âme conduites selon la méthode scientifique». Cet écrit est une référence de base pour l'anthroposophie, bien que des amorces de la démarche anthroposophique fussent déjà présentes auparavant dans la culture de langue allemande. Les thèmes abordés par Rudolf Steiner traitaient en premier plan du développement psychique et spirituel de l'être humain. Au cours de sa vie, il donna, dans de nombreuses villes européennes, plus de 6'000 conférences sur des sujets très variés.



L'activité anthroposophique de Rudolf Steiner se divise en trois phases :

- la première phase fut dédiée à une conception philosophique du monde qui tient compte du rapport de l'humanité à la terre et au cosmos dans leur dimension physique et spirituelle,
- la seconde phase, à partir de 1907, fut tournée vers les activités artistiques. R. Steiner souhaitait transmettre les contenus de l'anthroposophie non seulement par ses allocutions, mais également à travers l'art. Il en initia de nouveaux tels que l'eurythmie (art du mouvement) et l'art de la parole (récitation-déclamation).
- la troisième phase, à partir de 1919, fut celle des applications pratiques dans différents domaines tels que la pédagogie, l'agriculture, la médecine et la production de médicaments.

Homéopathie et médecine anthroposophique – quelle différence ?

Les deux approches ont en partie recours aux mêmes médicaments, pourtant leur choix n'est pas le même : tandis que l'homéopathie observe les interactions des symptômes et soigne les maladies avec des médicaments similaires au tableau clinique (loi de similitude), la médecine anthroposophique travaille dans le sens des vertus curatives attribuées aux différents éléments issus de la nature (minéraux, animaux et plantes)⁴⁰.

Sites d'intérêt

Fédération Internationale des Associations Médicales Anthroposophiques : www.ivaa.info

Anthrosana - Association pour une médecine élargie par l'anthroposophie : www.anthrosana.ch.

On y trouve des renseignements sur la médecine anthroposophique en général et particulièrement sur la pratique en Suisse. On peut y commander des livres et des brochures sur la médecine anthroposophique.

⁴⁰ <https://www.walaarzneimittel.ch>

LA MEDECINE ANTHROPOSOPHIQUE – A retenir pour le conseil :

- ✓ approche médicale fondée sur un système philosophique
- ✓ développée au début du siècle par Rudolf Steiner
- ✓ va au-delà du corps physique en introduisant des éléments d'ordre spirituel
- ✓ utilise des médicaments entièrement conçus à base de composants végétaux, minéraux ou d'origine animale
- ✓ les entreprises suisses spécialisées dans la fabrication de médicaments anthroposophiques sont Wala et Weleda

LE POINT SUR LE TRAITEMENT HORMONAL SUBSTITUTIF

Cap inévitable, la ménopause marque un tournant dans la vie d'une femme. Les bouleversements engendrés sont parfois difficiles à vivre, affectant autant le niveau émotionnel (p.ex. troubles de l'humeur, troubles du sommeil ou fatigue) que physique (comme bouffées de chaleur, sueurs nocturnes ou sécheresse vaginale). Le traitement hormonal substitutif (THS) reste à ce jour le plus efficace pour diminuer les symptômes courants liés à ce changement hormonal ⁴¹. De plus, le THS diminue aussi le risque de fractures ostéoporotiques chez les femmes à risque ⁴¹.



Cependant, la sécurité du THS a été remise en question en 2002 par une vaste étude. Lancée par l'Institut national de la santé américaine, la «Women's Health Initiative» (WHI) a été l'étude la plus large jamais réalisée sur la ménopause, en incluant un échantillon de 160'000 femmes. Les auteurs prétendaient que les risques encourus avec le THS étaient beaucoup plus grands que les bénéfices, avec notamment un risque important de cancer du sein et de complications cardiovasculaires ^{42,43}, notamment infarctus du myocarde, particulièrement au cours de la première année de traitement ⁴⁴. Depuis, les ré-analyses successives de cette étude ont montré qu'il n'y a pas d'augmentation du risque CV, ni de cancer, si le traitement était débuté dans les dix premières années de la ménopause (voir encadré « pour aller plus loin »).

Ainsi, en cas de symptômes de la ménopause affectant la qualité de vie et sans contre-indications, telles qu'un antécédent d'AVC, d'infarctus, de cancer du sein ou de l'endomètre, on recommande un traitement de 17 β -oestradiol (ESTROFEM^o, FEMOSTON^o ou OVESTIN^o) seul. Chez les femmes qui n'ont pas subi d'hystérectomie (ablation de l'utérus) on associe l'oestradiol à un progestatif (plus de spécialité combinée disponible en Suisse ; on ajoute donc le progestatif séparé : PRODAFEM^o) ou on donne de la tibolone (LIVIAL^o et générique). En effet, la tibolone est

⁴¹ Planetesanté 2014 ; THS Mieux vivre la ménopause grâce au traitement hormonal

⁴² JAMA 2002;288(3): 321 -333

⁴³ JAMA. 2004;291(14):1701 -1712

⁴⁴ Rev Med Suisse 2016 ; 12 : 1805-10

rapidement transformée en trois métabolites dont deux exercent un effet œstrogénique, tandis que le troisième possède des effets progestatifs⁴⁵.

Si la femme a un risque thromboembolique élevé, on préfère la voie transdermique au traitement oral (CLIMARA°, ESTRADOT°)⁴⁴.

En présence de symptômes génitaux seuls, on choisit d'utiliser simplement un œstrogène d'application locale (VAGIFEM°, DIVIGEL°, OESTRO-GYNAEDRON°, OESTROGEL°, OVESTIN°)⁴⁴.

En résumé, du fait que le THS n'augmente pas le risque de mortalité globale, cardiovasculaire ou par cancer, il est à nouveau considéré comme le traitement de référence des troubles liés à la ménopause chez les patientes avec des symptômes modérés à sévères sans contre-indications^{44,46}. Il devrait être prescrit à la dose minimale efficace pour une durée la plus courte possible (sans plus de précision dans les recommandations), en respectant la « fenêtre d'opportunité thérapeutique » de dix ans après la ménopause ou avant l'âge de 60 ans dans le but d'améliorer la qualité de vie du point de vue physique, psychologique et sexuel⁴⁴. Dans tous ces cas, le traitement devrait être préféré aux phyto-œstrogènes (produits à base de plantes ayant une similarité de structure moléculaire avec l'estradiol ; ils auraient ainsi des effets de type œstrogéniques et limiteraient les symptômes de la ménopause, comme par exemple cimicifuga dans CIMIFEMIN° et analogues). Leur utilité contre les symptômes de la ménopause n'est pas clairement démontrée⁴⁶, mais ils sont une option chez les femmes avec des contre-indications au traitement hormonal.

POUR ALLER PLUS LOIN...

Depuis, les ré-analyses successives de cette étude ont démontré que l'augmentation du risque d'infarctus chez les femmes traitées n'était significative que chez celles qui avaient débuté le THS plus de 20 ans après le début de la ménopause. A l'inverse, ce risque n'était pas augmenté, voire même diminué dans certains sous-groupes, principalement lorsque le traitement avait débuté dans les dix premières années de la ménopause. Ces données ont donc conduit à développer le concept de « fenêtre d'opportunité thérapeutique » pour les femmes entre 50 et 60 ans et à recommander de ne pas débuter un THS au-delà des dix premières années de la phase post-ménopausique⁴⁴. Une nouvelle étude publiée en 2017 confirme la sécurité du THS : le suivi effectué pendant 18 ans de plus de 27'000 femmes ménopausées de l'étude WHI ne montre pas de surmortalité globale ou spécifique chez les femmes ayant subi une ablation de l'utérus ou non, prenant des estrogènes, seuls ou combinés avec de la progestérone, par rapport aux femmes ayant pris un placebo (il n'y a donc pas d'augmentation de risque de cancer)⁴⁷.

LE POINT SUR TRAITEMENT HORMONAL SUBSTITUTIF - A retenir pour le conseil :

- ✓ le traitement hormonal substitutif est réhabilité chez les femmes aux symptômes modérés à sévères sans contre-indication : il est efficace, sans augmenter les risques cardiovasculaires ou de cancer
- ✓ le traitement de choix est un traitement par œstrogène combiné au progestatif ou par tibolone
- ✓ l'œstrogène seul est réservé à la femme ayant subi une hystérectomie
- ✓ on privilégie les oestrogènes par voie transdermique en cas de risque thromboembolique
- ✓ on choisit une application locale en cas de sécheresse vaginale comme seul symptôme
- ✓ le THS devrait être privilégié aux phyto-œstrogènes chez toutes les femmes symptomatiques sans contre-indication au THS

⁴⁵ www.swissmedicin.ch

⁴⁶ Vidal fr 2017 : actualités : Ménopause: un suivi de 18 ans de 27 000 femmes sous THS ou placebo écarte les risques annoncés en 2002

⁴⁷ JAMA 2017; 318 (10): 927-938

Vitamine D : une nouveauté depuis le dernier article sur le sujet

Le PN n° 148 d'octobre 2017 a traité de l'administration de la vitamine D. Pour rappel, une supplémentation est recommandée pour les nouveau-nés et dès 60 ans. On recommande de donner des doses correspondant à 400 UI/j à 800 UI/j selon l'âge. Pour cibler ces doses journalières, la prise peut être quotidienne, hebdomadaire ou mensuelle. Une nouvelle spécialité est disponible depuis peu : DIBASE°. Elle est à base d'huile d'olive et ne contient pas d'alcool. Deux emballages sont disponibles : il s'agit toujours de vitamine D3 dosée à 10'000 UI par ml (ou 50 gouttes). Il existe un flacon de 10ml (LS) destiné à une prise quotidienne prophylactique ou en traitement (posologie indiquée en nombre de gouttes par jour). Il y a également un flacon de 2.5ml (représentant donc une dose totale de 25'000UI). Ce dernier est indiqué pour une prise mensuelle (du contenu total du flacon) chez les personnes de plus 70 ans. Ceci correspond environ à une dose quotidienne de 800UI par jour. Ce flacon pour prise mensuelle n'est toutefois pas pris en charge par l'assurance de base.

Vers un allègement des traitements antirétroviraux ?

Les antirétroviraux oraux destinés à traiter les personnes atteintes du HIV se prennent quotidiennement. Cette prise peut être compliquée pour certaines personnes, notamment en raison des effets indésirables de ces molécules. Des stratégies pour « alléger » ces traitements sont en cours d'investigation. Une d'entre elle consiste en une administration durant 4 ou 5 jours par semaine, au lieu d'une prise quotidienne. Les premiers résultats montrent qu'une telle prise pourrait être suffisamment efficace. Une autre stratégie consiste à administrer deux molécules au lieu de trois. Une nouvelle spécialité vient d'être commercialisée aux USA : JULUCA° (dolutégravir et rilpivirine). A suivre...

EPIPEN° (adrénaline) : changement dans le mode d'application

EPIPEN° est probablement le stylo pour administration d'adrénaline le plus employé. JEXT° est également à disposition sur le marché ; il se distingue notamment par la présence d'un système recouvrant automatiquement l'aiguille après administration. On les emploie dans le traitement d'urgence en cas de réaction allergique aiguë. Jusqu'à présent leur mode d'administration était similaire : maintien de l'injecteur contre le site d'administration durant 10 secondes après l'injection, puis massage du site d'administration durant 10 secondes après retrait de l'aiguille. Le mode d'administration d'EPIPEN° a été modifié récemment : il suffit de maintenir l'injecteur durant 3 secondes après l'injection et le massage n'est plus nécessaire.

Note de l'éditeur

Les avis exprimés dans le Pharma-News reflètent l'opinion de leurs auteurs en fonction des données disponibles au moment de la rédaction et n'engagent en aucune manière le CAP.

Résultats du test de lecture du PN 147 – Lauréates :

Sans faute !

Schwenter Sophie	Pharmacie de Villeneuve	Villeneuve
Chuat Myriam	Pharmacie de Villeneuve	Villeneuve
Fernandez Clémentine	Pharmacie de Villeneuve	Villeneuve
Sousa Morais Andreia	Pharmacie de Villeneuve	Villeneuve
Peguiron Nicole	Pharmacie de la Vallombreuse	Prilly
Werner Marie-Thérèse	Pharmacie Populaire Tranchées	Genève
Boson Malika	pharmacieplus du léman	Martigny
Lucic Mladenka	pharmacieplus du léman	Martigny
Beuret Aurélie	pharmacieplus franchises-montagnes	Saignelégier
Zenoni Corinne	Pharmacie Dr C.Repond	Bulle

Une faute pardonnée

Bartolomucci Nicole	pharmacieplus du rhône et du midi	Aigle
Tschopp Jessica	Pharmacie Sun Store	Sierre
Fonseca Solange	Pharmacie de Malagnou	Genève
Sacco Bruno Maria-Angela	Pharmacie de Malagnou	Genève
Pignolet Valérie	Pharmacie Amavita Domdidier	Domdidier
Pauchard Dufresne M.-D.	Pharmacie Amavita Domdidier	Domdidier
Ducry Maryline	Pharmacie Amavita Domdidier	Domdidier
Pedretti Valérie	pharmacieplus des fontaines	Carouge
Voumard Coralie	pharmacieplus franchises-montagnes	Saignelégier
Gerber Valérie	Pharmacie Schneeberger	Tramelan
Schmid Jaël	pharmacieplus du val-de-travers	Couvet



L'heureuse lauréate est Maryline Ducry!
Elle gagnera un bon de Frs 100.- de son choix (ou de 120.- au CAP)

Cochez la ou les réponses correctes, entourez VRAI ou FAUX, respectivement répondez à la question. Le test de lecture ne porte pas sur les encadrés verts « Pour aller plus loin... ».

- 1) QTERN° c'est (plusieurs réponses possibles) :
- a) un antidiabétique oral
 - b) la première association fixe d'une gliptine et d'une glifozine sur le marché suisse
 - c) une spécialité existant à différents dosages
 - d) une association médicamenteuse contenant de la métformine
 - e) une insuline injectable
- 2) VRAI ou FAUX sur l'hypotension orthostatique ?
- a) Il n'existe aucun médicament indiqué dans l'hypotension orthostatique VRAI/FAUX
 - b) On peut être hypertendu et souffrir d'hypotension orthostatique VRAI/FAUX
 - c) En cas d'hypotension orthostatique, il faut limiter l'exercice physique VRAI/FAUX
 - d) Tous les médicaments utilisés dans le traitement de l'hyperplasie bénigne de la prostate sont susceptibles de provoquer une hypotension orthostatique VRAI/FAUX
 - e) L'hypotension orthostatique peut conduire à une perte de connaissance VRAI/FAUX
- 3) A vous de choisir !
- a) TRIMBOW° est indiqué dans l'asthme la BPCO
 - b) TRIMBOW° se présente sous forme d'aérosol-doseur de poudre à inhaler
 - c) TRIMBOW° s'utilise trois fois par jour deux fois par jour
 - d) TRIMBOW° est constitué d'un CSI+LABA+LAMA d'un CSI+SABA+LAMA
 - e) TRIMBOW° est indiqué en cas d'atteinte légère sévère
- 4) Cochez les propositions exactes concernant les sels de bains :
- a) Il n'y a aucune contre-indication à la prise de bains chauds
 - b) Les sels marins sont plus efficaces que ceux d'origine minéral
 - c) L'hydrothérapie peut être utilisée dans le traitement du psoriasis
 - d) DERMASEL° est enregistré comme dispositif médical
 - e) L'efficacité de l'hydrothérapie n'est pas prouvée scientifiquement
- 5) Complétez la phrase suivante avec une des propositions ci-dessous : « La phytothérapie par MIKELIBA° ou HIBISSAP°... »
- a) peut remplacer un traitement antihypertenseur de synthèse
 - b) pourrait être conseillée pour abaisser la tension en cas de stress
 - c) permet de faire l'impasse sur les mesures hygiéno-diététiques en cas d'hypertension
 - d) est indiquée en cas d'hypertension sévère
 - e) peut sans autre être associée à un traitement antidiabétique

- 6) OUI ou NON ?
- a) Est-il recommandé de se rincer la bouche après l'utilisation de TRIMBOW° ? OUI/NON
 - b) TRIMBOW° contient-il un principe actif que l'on ne retrouve dans aucune autre spécialité ? OUI/NON
 - c) TRIMBOW° s'utilise-t-il uniquement en cas de crise ? OUI/NON
 - d) TRIMBOW° est-il déjà commercialisé à l'étranger ? OUI/NON
 - e) Existe-t-il d'autres trithérapies que TRIMBOW° commercialisées en Suisse pour la même indication ? OUI/NON

- 7) Concerne saxagliptine (saxa) et/ou dapaglifozine (dapa) ?
- a) Pas de risque d'hypoglycémie saxa/dapa
 - b) Inhibe la réabsorption du glucose saxa/dapa
 - c) Diminue le taux de glucose dans le sang saxa/dapa
 - d) Appartient à la même famille que celle du JANUVIA° saxa/dapa
 - e) A l'origine d'infections des voies respiratoires supérieures saxa/dapa

- 8) Cochez les mesures non-médicamenteuses qui permettent de soulager l'hypotension orthostatique :
- a) le port de bas de compression
 - b) les bains chauds
 - c) une alimentation pauvre en sel
 - d) les boissons alcoolisées
 - e) le croisement des jambes en position debout

- 9) Qu'est-ce qui différencie le LAXIPEG° du MOVICOL° et du TRANSIPEG° ?

Quel en est l'avantage ?

- 10) Concerne HIBISSAP° et/ou MIKELIBA° ?
- a) Complément alimentaire HIBISSAP°/MIKELIBA°
 - b) Peut être laxatif HIBISSAP°/MIKELIBA°
 - c) Effet antihypertenseur un peu plus puissant HIBISSAP°/MIKELIBA°
 - d) Composant également contenu dans BILIFUGE° HIBISSAP°/MIKELIBA°
 - e) Effet possible sur la glycémie HIBISSAP°/MIKELIBA°

Test à renvoyer une fois par assistant(e) en pharmacie par fax au N° 022/363.00.85 avant le 25 février 2018

<u>Nom</u>	<u>Prénom</u>
<u>Signature</u>	<u>Timbre de la pharmacie</u>