



► **Formation  
Continue**  
**L'ECZÉMA  
ALLERGIQUE  
DE CONTACT**



DOSSIER  
**Digestion**

**Santé**  
**LE VIH,  
PAS TOUJOURS  
DIAGNOSTIQUÉ**

**Santé**  
**LA PANCRÉATITE  
CHRONIQUE EN  
10 POINTS CLÉS**

**Profession**  
**LES BELGES  
ET LEUR  
PHARMACIEN**

**Rétrospective**  
**2022, UNE ANNÉE  
SUR LES CHAPEAUX  
DE ROUE**



# CYSTITE ?

VITE, FEMANNOSE<sup>N</sup> !



À diluer →



## Traite cystites et infections urinaires.

- AVEC D-mannose
- SANS risque de résistance\*
- SANS prescription

- ✓ Dès 14 ans
- ✓ Convient aux femmes enceintes et allaitantes\*\*
- ✓ Convient aux diabétiques
- ✓ Goût fruité

\*Chaque année en Europe, 33.000 décès sont liés à la résistance aux antibiotiques. Source : OMS, Report 2019.  
 \*\*Il est conseillé aux femmes enceintes ou allaitantes d'utiliser le produit uniquement après avoir consulté leur médecin.  
 Vente libre en pharmacie en 14 ou 30 sachets. Dispositif médical de classe IIa



Cassez votre routine et vivez une année... autrement !

Stress, anxiété, angoisse, mal-être, tristesse... Si pour certaines personnes, Noël et Nouvel An représentent un véritable moment de bonheur, pour d'autres, c'est tout le contraire. C'est ce qu'on appelle la natalophobie, qui représente la peur irrationnelle d'affronter les fêtes de fin d'année.

Cette période de passage à la nouvelle année est l'occasion de fêter la fin d'une époque et l'avènement d'une autre, forcément pleines d'espoirs et de bonnes résolutions. C'est donc peut-être le moment idéal de prendre le temps de s'écouter, car l'essentiel n'est-il pas de vivre au plus près de nos sens, de nos désirs et de nos sentiments ?

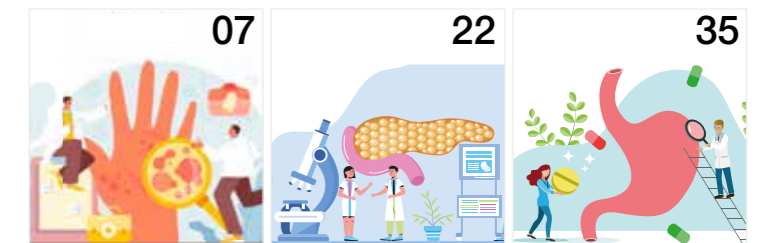
Même si vous avez évolué ces derniers mois dans un environnement anxiogène, si mettre un pied devant l'autre relevait d'un véritable exploit pour certains, ne faites plus les choses par habitude mais agissez selon vos souhaits. Cassez cette routine néfaste, apprenez à dire non, et surtout, écoutez-vous ! Selon une étude de Philippa Lally, chercheur à l'University College de Londres, il faudrait en moyenne 66 jours pour modifier une habitude. Alors, soyez patient et tolérant avec vous-même, sans aucune pression, changez votre quotidien. Pas à pas, développez un nouveau processus par envie et non par obligation, car le changement se fait aussi grâce à l'apprentissage et à l'erreur. Vous verrez, la confiance qui vous habite reprendra sa place pour donner lieu à une vie beaucoup plus agréable et satisfaisante.

Bonne fêtes à toutes et tous... Que la lumière brille dans les yeux des grands enfants que nous sommes tous !

La rédaction

Sommaire FORMATION

- Actualité** : Quoi de neuf à la pharmacie 04-05
- Profession** : La moitié des Belges vont à la pharmacie pour des conseils de santé 06
- Rétrospective 2022** 07-11
- Formation continue** : L'eczéma allergique de contact 13-19
- Santé** : 1 personne sur 8 vivant avec le VIH n'est pas diagnostiquée 21-23  
 La pancréatite chronique en 10 points clés 26-28  
 Recommandations récentes dans le traitement des hémorroïdes 31-32
- Dossier digestion** : Quand les troubles digestifs s'invitent au comptoir 35-42
- À la loupe** : Le citrate de bétaine, une molécule conseil pour la digestion difficile 43
- Phyto** : Le safran : notre conseil OTC dans la dépression légère 45
- Le chiffre** : 8 Belges sur 10 manquent de vitamine D 47
- Questions comptoir** 49-50
- Concours** 52
- News** 53-54



MENSUEL (11 NUMÉROS/AN) N° 168 - DÉCEMBRE 2022 / JANVIER 2023 - TARIF 1,50€

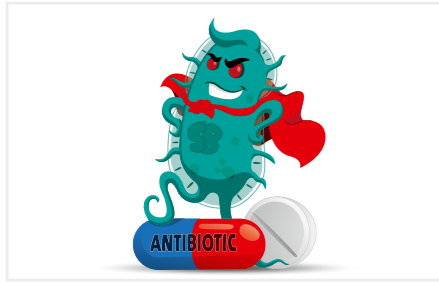
**Editeur responsable:** Farmapress sprl. - Chaussée de Louvain, 431 D - 1380 Lasne • **Directrice de publication:** Valérie Decallonne 0475/23 53 98 - vdc@editionventures.be • **Directrice marketing :** Nathalie Fisse - 0495/90 60 15 -nfi@editionventures.be • **Rédacteurs:** Nathalie Evrard, pharmacien - Virginie Villers, pharmacien - Isabelle Janssens, pharmacien - Céline Quitelier, pharmacien - Michèle Koerperich, pharmacien - Ann Daelemans, pharmacien - Charline Rousseau • **Relectrice:** Emma Sangames • **Conception graphique:** Fabrice Liben / 19Agency - fabrice.liben@19agency.be • **Traducteur:** Mark De Geest / Together • **Impression:** Dereume Printing nv/sa Golden Hopestraat 1, 1620 Drogenbos

Abonnements et changements d'adresses: info@pharmateam.be



# Quoi de neuf à la pharmacie?

Actualité, campagne de sensibilisation, une multitude d'informations pour toujours mieux conseiller vos patients.



## Antibiotiques et infections aiguës des voies respiratoires

La saison automnale est le moment idéal pour rappeler l'importance de l'usage rationnel des antibiotiques dans les infections aiguës des voies respiratoires.

En 2019, 1,3 million de décès dans le monde étaient directement attribuables à l'antibiorésistance. Les principales infections en cause étaient des infections des voies respiratoires inférieures, des septicémies et des infections intra-abdominales. Les 6 bactéries résistantes aux antibiotiques ayant causé le plus grand nombre de décès étaient E.Coli, Staphylococcus aureus, Klebsiella pneumoniae, Streptococcus pneumoniae, Acinetobacter baumannii et Pseudomonas aeruginosa.

## Bon à savoir

L'otite moyenne aiguë est une affection qui connaît une résolution spontanée dans la plupart des cas. Une attitude attentiste et un traitement symptomatique sont préconisés chez l'enfant et l'adulte. Les antibiotiques n'ont qu'une place très limitée.

Dans le mal de gorge aigu, les antibiotiques ne sont que rarement indiqués. Il en va de même en cas de bronchite aiguë chez un enfant préalablement en bonne santé. En présence de facteurs de risque et de signaux d'alarme (ex : enfants atteints d'af-

fections respiratoires ou cardiaques sous-jacentes, immunodéficients ou présentant un faible poids à la naissance), la prescription d'un antibiotique ne doit toutefois pas être écartée trop rapidement.

Source : cbip 11/22



## Vaccination antipneumococcique simplifiée

Le schéma préférentiel pour la primo-vaccination a été fortement simplifié.

Dans tous les groupes cibles, une dose unique de PCV20 (vaccin polysaccharidique conjugué Apexnar®) est recommandée pour la primo-vaccination.

Un schéma alternatif (1 dose de PCV15 (Vaxneuvance® suivi de 1 dose de PPV23, vaccin polysaccharidique non conjugué Pneumovax® après au moins 8 semaines en cas de risque accru/comorbidité ou au moins 1 an chez les personnes en santé de 65 à 85 ans) est proposé.

Le PCV13 (Prevenar®) n'est plus recommandé. Une revaccination tous les 5 ans est généralement conseillée au moyen d'1 dose de PPV 23.

## Bon à savoir

Les PCV15, PCV20 et PPV23 couvrent une partie (importante) des souches responsables des infections invasives à pneumocoques chez les adultes de plus de 50 ans en Belgique (chiffres de 2021).

## Conseil comptoir

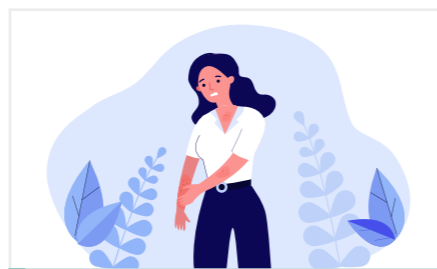
Un schéma de deuxième choix basé sur une dose de PPV23 peut être proposé pour des raisons financières pour la primovaccination d'adultes en bonne santé (65 à 85 ans).

Source : cbip 11/22 et CSS 9674

## Eczéma ou psoriasis

Ces deux problèmes de peau, quoique bien différents, peuvent se ressembler avec, dans des cas précis, une hésitation sur le diagnostic surtout lorsqu'il s'agit de formes peu typiques du psoriasis (atteinte uniquement des plis, des mains ou des pieds...et d'autant que les deux problèmes peuvent aussi être associés). Si dans les cas typiques, le diagnostic est simple, une biopsie peut souvent permettre de les distinguer dans les cas difficiles.

Pourquoi les distinguer ? D'abord pour cibler les causes et moyens de prévention et ensuite pour opter pour un traitement spécifique.



## Le saviez-vous ?

Il est rare (même si cela existe) qu'un traitement efficace pour le psoriasis ait un effet secondaire pour l'eczéma et inversement.

Source : psoriasis contact



## Les chats n'aiment pas les lys

Toutes les parties des lys sont toxiques pour le chat y compris les pollens. Un chat qui a mangé ou s'est cogné contre la plante ou encore qui a léché les pollens de son pelage peut s'intoxiquer et développer une insuffisance rénale aiguë. Des nausées, vomissements, perte d'appétit et dépression peuvent être observés. Le chat produira d'abord de grandes quantités d'urine mais ensuite il est possible qu'il ne produise plus du tout d'urine. Si un traitement n'est pas mis en place, il peut mourir.

Source : centre antipoison



## Allergies, intolérances alimentaires, diagnostic et tests adéquats

Les allergies et intolérances alimentaires impliquent des mécanismes biologiques différents. Selon l'aliment et l'individu, les symptômes peuvent être similaires mais leurs conséquences potentielles ne le sont pas. Les allergies peuvent provoquer des réactions très graves dont l'issue peut même être fatale.

Les tests utilisés pour le diagnostic et leur interprétation ne sont pas toujours adéquats. Trop souvent, il en résulte des traitements erronés comprenant notamment

des régimes d'éviction trop stricts qui peuvent entraîner des carences nutritionnelles et avoir des répercussions négatives sur la santé notamment chez l'enfant en croissance.

## Notre conseil

La sélection, l'analyse et l'interprétation des tests doivent être confiées à des médecins spécialisés disposant d'une expertise théorique et clinique approfondie en allergologie.

Le grand public et la communauté médicale doivent être davantage sensibilisés au non-sens et aux dangers des tests de laboratoires trompeurs (en ligne et hors ligne) en cas de suspicion d'allergie alimentaire.

Source : CSS

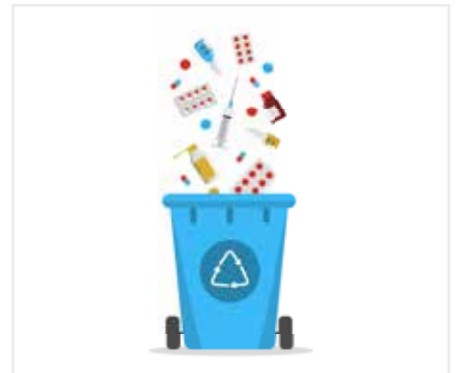


## Diabète

La journée mondiale du diabète 2022 a mis l'accent sur la nécessité d'avoir un meilleur accès à une éducation de qualité sur le diabète tant pour les professionnels de la santé qui doivent savoir comment détecter et diagnostiquer la maladie à un stade précoce et fournir les meilleurs soins possibles que pour les patients. Plus de 90% des soins du diabète relèvent de l'autogestion. Savoir comment prendre soin de soi pour éviter les complications liées au diabète est donc primordial.

## Le saviez-vous ?

Près de la moitié des personnes diabétiques ne savent pas qu'elles le sont.



## Semaine mondiale pour un bon usage des antimicrobiens

- Le fait de jeter les médicaments inutilisés dans les toilettes, les poubelles ou les décharges contribue à aggraver encore la résistance aux antimicrobiens.
- Maintenir les animaux en bonne santé permet de limiter le besoin en traitements antimicrobiens.
- Lors de la préparation des aliments, les règles d'hygiène consistant à se laver les mains avant de cuisiner et à maintenir propres les surfaces de préparation des aliments peuvent aider à prévenir la propagation des microbes pharmacorésistants.
- La pollution d'origine humaine aggrave la résistance aux antimicrobiens.

Source : OMS

## En bref

- Certaines procédures cosmétiques et traitements de beauté peuvent avoir des effets néfastes s'ils sont appliqués sans précaution. Les traitements tels que l'injection de botox ou de produits de comblement et l'utilisation de certaines techniques laser ne doivent être effectués que par des médecins ou infirmiers reconnus.
- L'Agence européenne des médicaments (EMA) annonce la suppression du marché des médicaments contenant de la pholcodine destinés à soigner la toux sèche des adultes et enfants. Ils représentent en effet un risque de choc anaphylactique s'ils sont pris dans les 12 mois précédant une anesthésie générale. Un patient qui nécessite une anesthésie et qui a pris de la pholcodine dans les 12 mois doit en avertir le médecin.

Michèle Koerperich



# La moitié des Belges vont à la pharmacie pour des conseils de santé

Une enquête<sup>1</sup> sur les attentes concrètes des patients belges vis-à-vis de leur pharmacien a été menée au mois d'octobre. Les résultats de cette première étude révèlent que les Belges attachent une grande importance aux conseils personnels et spécialisés. A l'heure où les technologies prennent une place sans cesse croissante dans nos vies en général et dans les soins de santé en particulier, la dimension humaine et relationnelle du métier est plus que jamais fondamentale.

## Le pharmacien, un conseiller en matière de santé

Conseils (97%), personnel compétent (94%) et contact personnel (85%) : telles sont les priorités des Belges vis-à-vis du pharmacien. Elles surpassent un vaste assortiment de produits (79%), un service rapide (79%) et le prix (77%) qui n'arrive donc qu'en sixième position sur la liste des priorités. 85% de nos compatriotes ont une pharmacie habituelle, 82% estiment important de pouvoir poser des questions au pharmacien sur certains problèmes de santé personnels et 52% sont d'avis que les conseils du pharmacien jouent souvent un rôle décisif dans l'achat final.

En effet, bien que le médecin généraliste reste la première référence en matière d'information sur la santé, 51% des répondants se rendent également à la pharmacie pour recevoir des conseils sur un problème (mineur) de santé. Ce chiffre est encore plus élevé en Wallonie et à Bruxelles : respectivement 56% et 61%. Cependant, 26% des Belges disent avoir parfois l'impression que le pharmacien a peu de temps à consacrer aux questions ou conseils personnels.



**Les résultats montrent clairement que, même à l'ère digitale, les conseils professionnels et le contact personnel restent primordiaux pour la plupart des patients.**

## Créer des espaces de confidentialité

Fait marquant : malgré le besoin de conseils personnalisés, les Belges se montrent souvent réticents à partager certaines choses en pharmacie. Près de la moitié (48%) des répondants n'osent pas aborder certains sujets en présence d'autres patients. Plus d'un quart (26%) disent tout simplement ne pas pouvoir discuter de certains sujets avec le pharmacien, que d'autres clients soient présents ou non. 25% ont même acheté des produits de santé en ligne parce qu'ils trouvaient embarrassant ou gênant de les demander en pharmacie. Pour remédier à cette situation, la mise en place des espaces de confidentialités semble la solution.

## De plus en plus de nouveaux services...

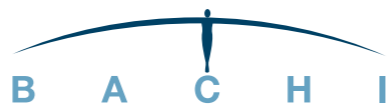
Des services spécifiques non liés à la dispensation de médicaments se sont mis en place dans les pharmacies belges et cette tendance va se renforcer. Tests de dépistage, vaccination, entretiens de bon usage des médicaments dans l'asthme et les entretiens de prétrajets diabète en sont des exemples. Le plus important de ces nouveaux services est certainement la fonction de pharmacien de référence choisi librement par un patient chronique. Lancée en octobre 2017, cette fonction a recueilli l'adhésion de plus d'un million de patients (polymédiqués pour la plupart).

1. Étude en ligne menée entre le 3 et le 11 octobre 2022 par le bureau d'études de marché IVOX à la demande de Multipharma, auprès d'un échantillon représentatif de 2.000 Belges en termes d'âge, de genre, de diplôme et de province.

## Self-service ? Pas de médicaments !

L'AFMPS signale avoir constaté que ces automates contenaient parfois des médicaments (homéopathiques), ce qui est formellement interdit. Aucun médicament (même en délivrance libre) ne peut être délivré sans contact avec le pharmacien.

Le self-service est, en revanche, autorisé pour les produits de parapharmacie tels que dispositifs médicaux, compléments alimentaires, cosmétiques... Pour rappel, la Cour constitutionnelle a récemment confirmé que le pharmacien reste un professionnel de la santé même lors de la délivrance de ces produits. Même pour ces produits, un contact en face à face doit être privilégié.



**N.EVRARD EN COLLABORATION AVEC BACH I,**  
ASSOCIATION BELGE QUI REGROUPE LES ENTREPRISES DE  
L'INDUSTRIE DES PRODUITS DE SANTÉ EN VENTE LIBRE.

# RÉTROSPECTIVE 2022



## UNE ANNÉE SUR LES CHAPEAUX DE ROUE

VACCINATION CONTRE LA COVID-19, TEST DE DÉPISTAGE, MISE EN PLACE D'ENTRETIENS BUM, NOUVELLE ASSOCIATION DES ASSISTANTES, PROJETS PILOTE... L'ANNÉE 2022 A ÉTÉ INTENSE SUR LE PLAN DE L'ÉVOLUTION PROFESSIONNELLE.



## LOI QUALITÉ SUR LES RAILS

JANVIER  
2022

Après publication au Moniteur belge mi-décembre, la plupart des dispositions de la loi du 22 avril 2019 relative à la qualité des pratiques de soins de santé, ou « loi qualité », sont entrées en vigueur ce 1<sup>er</sup> janvier. Pour rappel, cette loi crée un cadre juridique « cohérent » d'exigences de qualité que tout professionnel de santé – y compris les pharmaciens et assistants technico-pharmaceutiques - doit respecter lorsqu'il prodigue des soins au patient. Dans l'ensemble, ces exigences ne sont pas nouvelles pour notre secteur, mais la loi les a améliorées ou affinées. Citons deux points importants concrètement on peut y lire...

- Depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2022, chaque pharmacien et assistant technique pharmaceutique doit tenir un portfolio individuel - sous format papier ou numérique - rassemblant les documents prouvant ses compétences (diplôme de base, certificats complémentaires, attestation de formation continue...).

### Bon à savoir

Attention, la responsabilité de cette exigence appartient à chaque personne, ce n'est donc pas une obligation du pharmacien-titulaire.

- Dossier patient. Outre les médicaments prescrits, la loi qualité prévoit l'obligation d'inscrire les médicaments délivrés sans ordonnance ainsi que les produits de santé dans le dossier patient. Ce dernier devra aussi comporter, en plus des données habituelles, le renvoi vers un autre professionnel de santé et les données de santé pertinentes.

### Le saviez-vous ?

Le dossier devra être conservé au minimum 30 ans et au maximum 50 ans à compter du dernier contact avec le patient.

## TOUJOURS PLUS DE TESTS EN PHARMACIE

Du côté des autotests, le rythme s'est accéléré et les ventes ont carrément explosé. Lors des deux derniers mois, l'équipe officinale a délivré plus de deux fois plus d'autotests que lors des 7 mois précédents. A l'instar du nombre d'autotests délivrés, le nombre de tests antigéniques rapides réalisés en officine a aussi fortement augmenté.

L'autorisation de réaliser des tests rapides sur des personnes symptomatiques a évidemment aussi eu un impact sur le nombre de tests effectués.

Notons toutefois que la raison la plus courante de se faire tester est un départ en voyage, l'entrée à un événement ou l'obtention d'un CST valable.

FEVRIER  
2022

## GO À LA VACCINATION EN PHARMACIE

La Commission Santé de la Chambre a donné son feu vert au projet de loi visant à permettre aux pharmaciens de vacciner contre la COVID-19 en officine. La bonne nouvelle est tombée le 15 février.



MARS  
2022

## SOYEZ PRÊTS POUR UN NOUVEAU SERVICE !

L'INAMI va dégager un budget spécifique pour un sevrage progressif des somnifères à l'aide de préparations magistrales. Par ailleurs, une proposition de loi visant à limiter la surconsommation des benzodiazépines, des opioïdes et des antibiotiques en permettant leur prescription à l'unité a été déposée à la Chambre.

## UNE ÉTUDE CONFIRME L'EFFICACITÉ DU BUM ASTHME

Une équipe dirigée par la Pr. Lies Lahousse (Sciences pharmaceutiques, UGent) a évalué l'impact réel (real-life impact) d'un entretien d'accompagnement BUM Asthme. Les résultats indiquent qu'un entretien d'accompagnement BUM Asthme est effectivement efficace en pratique pour améliorer l'adhésion thérapeutique et le contrôle de l'asthme.



Pour en savoir plus sur l'étude de l'UGent, rendez-vous sur le site web de BMC Health Services : <https://bit.ly/3HBkkR0>.

AVRIL  
2022

## QUE SAVOIR SUR LES COMPRIMÉS D'IODE ?

Suite au conflit en Ukraine, il y a eu une brusque augmentation de la demande de comprimés d'iode. Les patients peuvent venir chercher ces comprimés gratuitement, mais chaque boîte délivrée doit être enregistrée dans le logiciel de la pharmacie via le nom et le numéro NISS de la personne qui vient chercher les comprimés (CNK 2.733.772 dans une zone de danger nucléaire; 3.641.222 en dehors de ces zones). Les comprimés en circulation aujourd'hui ont été testés et se sont révélés bons. Cela vaut également pour les comprimés qui ont plus de 10 ans.



## LEVURE DE RIZ ROUGE

Suite à une décision européenne, tous les compléments alimentaires à base de levure de riz rouge contenant 3 mg ou plus de monacoline par comprimé/gélule seront interdits au sein de l'Union européenne.

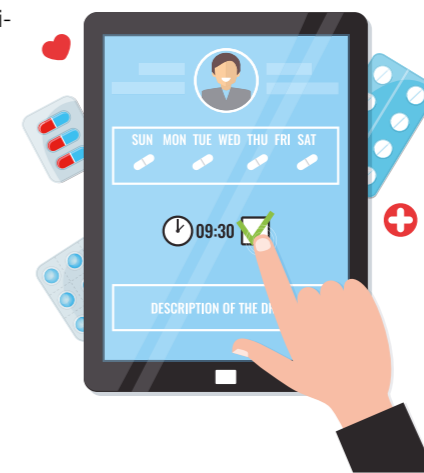


## UNE APPLICATION POUR PERMETTRE AUX PATIENTS DE GÉRER LEURS PRESCRIPTIONS DE MÉDICAMENTS

L'INAMI lance l'application « Mes Médicaments » permettant aux patients de visualiser facilement toutes leurs prescriptions de médicaments ou encore de les réserver dans leur pharmacie.

L'application permet de ne plus devoir présenter la preuve papier d'une prescription électronique pour retirer un médicament en pharmacie, de même que bien d'autres facilités pour gérer ses prescriptions. Concrètement, l'utilisateur peut consulter les prescriptions dans l'application grâce à l'accès sécurisé via itsme®. Il pourra aussi y retrouver la notice d'utilisation de chaque médicament.

MAI  
2022

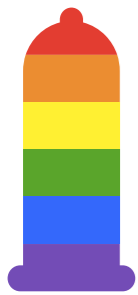


Il reste bien sûr possible de retirer un médicament en pharmacie en présentant sa carte d'identité électronique. Et si la personne préfère présenter la preuve de sa prescription sur papier, elle peut la demander à son médecin ou autre prescripteur.

« Mes Médicaments » permet également de réserver un médicament chez le pharmacien de son choix. Cette nouvelle appli est disponible sur Google Play et dans l'App Store.

« À la pharmacie, il suffit de montrer la prescription sur l'écran du smartphone, dans l'application. Le pharmacien scannera alors le code-barres et délivrera facilement et rapidement le médicament », explique l'assurance soins de santé et indemnités.





## LA CONTRACEPTION REMBOURSÉE SANS DISTINCTION DE GENRE

Le genre n'est plus un frein au remboursement supplémentaire – qui s'ajoute à l'intervention classique de l'assurance soins de santé – dans le prix des contraceptifs.

« Nous veillons ainsi à ce qu'une femme mais aussi une autre personne puisse bénéficier de ce remboursement quel que soit son genre si elle en a besoin », précise l'INAMI. En supprimant toute référence au genre, l'INAMI assure « une égalité d'accès à la contraception pour tous les jeunes de moins de 25 ans, pour tous les bénéficiaires de l'intervention majorée et pour tous les résidents de certaines institutions. »



## SUBSTITUTION SANS ACCORD PRÉALABLE EN CAS D'INDISPONIBILITÉ

Un arrêté royal publié au Moniteur belge cet été apporte un nouveau cadre légal à une pratique courante en officine – substituer sans l'accord préalable du prescripteur – pour garantir la continuité des soins lorsqu'un médicament est indisponible. L'arrêté rappelle d'emblée que cette substitution sans accord préalable est interdite pour un certain nombre de médicaments (à savoir les médicaments relevant des catégories NON DCI et NON SWITCH), puis reprend les conditions de base à respecter, à savoir tenir compte de la forme d'administration prescrite (et d'une allergie à un excipient à effet notoire éventuellement mentionné sur la prescription), de la dose prescrite et de la taille du conditionnement (qui doit être « la plus proche de la taille du conditionnement du médicament prescrit, en tenant compte des besoins du patient »). S'il existe plusieurs alternatives pour remplacer le médicament indisponible, vous devez choisir le médicament disponible le moins cher... ou tout autre médicament dont le prix public (par unité de consommation) n'excède pas de plus de 5% celui du médicament le moins cher. Rappelons pour conclure qu'en cas de substitution d'un médicament indisponible, vous devez expliquer au patient les raisons de la substitution (indisponibilité du médicament prescrit et nécessité de la continuité de son traitement) et informer le prescripteur.

## LA PREMIÈRE UNION POUR LES ASSISTANTS

L'UFAPT est la 1<sup>ère</sup> Union francophone pour les Assistant(e)s Pharmaceutico-Technique. Le but premier de l'association est une revalorisation et défense de la profession d'assistant (officine et hospitalier).

Plus d'info : [www.ufapt.be](http://www.ufapt.be)



## VARIOLE DU SINGE : UNE URGENCE SANITAIRE MONDIALE

Le patron de l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) a décidé de déclencher le plus haut niveau d'alerte pour tenter de juguler la flambée de variole du singe, qui touche d'abord des hommes ayant des relations sexuelles avec des hommes. Les symptômes les plus courants identifiés lors de la flambée épidémique de 2022 sont de la fièvre, des maux de tête, des douleurs musculaires, des douleurs dorsales, un manque d'énergie et un gonflement des ganglions lymphatiques (adénopathie). Ils sont suivis ou accompagnés d'une éruption cutanée qui peut durer deux à trois semaines. Une vaccination est possible.



Plus de 700 pharmacies vaccinent contre la COVID-19 en Belgique.

## PHARMACIEN DE RÉFÉRENCE : PLUS DE 1,2 MILLION DE PATIENTS EN 5 ANS !



En principe, chaque patient peut se choisir un pharmacien de référence, mais l'INAMI ne rembourse cette prestation qu'à un groupe cible spécifique, à savoir : tout patient en ambulatoire à qui au moins 5 médicaments remboursés différents ont été dispensés au cours des 12 derniers mois dans la même pharmacie, dont au moins un médicament chronique (c'est-à-dire au moins 160 DDD délivrées au cours des 12 derniers mois).



## L'AFMPS ALERTE SUR L'ABUS DE MÉDICAMENTS

L'AFMPS tient à rappeler les signaux d'alarme lors de la délivrance de produits tels que le flunitrazépam, l'une des drogues du viol les plus utilisées. L'AFMPS rappelle que l'officine est responsable de la délivrance et, en cas de délivrance exagérée ou abusive, il peut être poursuivi pénalement (peines sévères pouvant mener à l'emprisonnement). Le pharmacien est le dernier rempart après le médecin. Or ce dernier n'a pas toujours connaissance que le patient fait du shopping médical. Par conséquent, en cas de suspicion d'abus, le pharmacien doit contacter le médecin prescripteur pour le lui signaler. Si, malgré un contact préalable avec le médecin, vous estimez que la délivrance n'est pas justifiée, il vous appartient de refuser la délivrance.

L'AFMPS insiste pour que les pharmaciens remontent ces informations auprès de son service Pharmacovigilance afin que celui-ci puisse prendre des mesures.



## PARTICIPEZ À LA #MEDSAFETYWEEK

Selon la littérature scientifique, seuls 5% des effets indésirables sont déclarés. Pourtant, chaque notification compte, car elle contribue à un système global de surveillance et peut sauver des vies. La campagne #Med-SafetyWeek vise à nous rappeler ce message et donc à améliorer la sécurité des médicaments. Cette année, elle mettra à l'honneur la contribution des patients et des professionnels de la santé à la sécurité des médicaments et à la notification des effets indésirables.



## Bon à savoir

Les prestataires de soins et les patients peuvent notifier toute suspicion d'effet indésirable à l'AFMPS via un formulaire en ligne ou – en cas d'indisponibilité de l'application, par exemple – via une fiche de notification en version papier.



## VACCINATION COVID EN OFFICINE DANS TOUT LE PAYS

Progressivement, les centres de vaccination ferment ou réduisent leur activité. Avec l'apparition de nouveaux variants, l'effort de vaccination se poursuit néanmoins activement, et les patients peuvent compter sur le réseau officinal en Wallonie et à Bruxelles, mais également en Flandre depuis le 1<sup>er</sup> novembre, pour se faire vacciner.





## L'ANTI-ÂGE ROYAL POUR UNE TRANSFORMATION VISIBLE DE LA PEAU

APIVITA



### QUEEN BEE

Afin qu'une abeille se transforme en REINE, elle doit subir une TRANSFORMATION ABSOLUE en 8 jours. Pendant cette période, elle est exclusivement nourrie à la GELÉE ROYALE jusqu'à ce qu'elle en soit entièrement gorgée ... pour enfin sortir de son cocon et renaître comme une REINE. Faites comme la REINE DES ABEILLES et offrez à votre peau une TRANSFORMATION ABSOLUE.



Grâce à une technologie de libération prolongée brevetée, APIVITA dispose désormais du nec plus ultra en matière de soins anti-âge. Cette technologie assure une diffusion continue et prolongée de la Gelée Royale ultra-concentrée pour combattre les signes du vieillissement cutané encore plus efficacement.

### DES PRODUITS DE LA RUCHE AUX INGRÉDIENTS SUPERACTIFS GRÂCE AUX BREVETS RÉVOLUTIONNAIRES

Cette gamme anti-âge absolue doit son efficacité incontestable à la quintessence revitalisante de la ruche, qui associe les propriétés rajeunissantes de la Gelée Royale à l'action protectrice et régénérante de la Propolis et du miel.

### LA GELÉE ROYALE FRAÎCHE - UNE NOUVELLE TECHNOLOGIE BREVETÉE POUR ASSURER SA LIBÉRATION CONTRÔLÉE

La Gelée Royale est incorporée dans un double système de transport afin d'en assurer la libération **lente et contrôlée**. Les résultats parlent d'eux-mêmes :  
4X PLUS<sup>1</sup> DE GELÉE ROYALE  
MEILLEURE CONSERVATION DE LA GELÉE ROYALE FRAÎCHE  
ABSORPTION OPTIMALE PAR LA PEAU  
PÉNÉTRATION EN PROFONDEUR  
EFFET DURABLE



### OFFREZ À VOTRE PEAU UNE TRANSFORMATION ABSOLUE

Notre gamme anti-âge absolue assure une transformation visible de votre peau : les rides sont estompées, la peau est hydratée et nourrie, elle est raffermie et redensifiée et l'ovale du visage est redessiné. Le visage retrouve le look rafraîchi, éclairci et revitalisé d'une peau jeune et resplendissante. Même les sens sont stimulés grâce aux textures gourmandes, sensorielles et délicatement parfumées de la gamme.

### EFFICACITÉ CLINIQUEMENT PROUVÉE

Dès 8 jours<sup>2</sup>

93% moins de rides  
93% peau mieux nourrie  
90% stevigere & compactere huid

Dès 4 semaines<sup>3</sup>

-12% peau rugueuse

Étude *in vitro* sur la  
Gelée Royale<sup>4</sup>

+90% survie des cellules



### NOS ENGAGEMENTS

- 1% for the Planet
- Packagings recyclables & recyclés
- Jusqu'à 99% d'ingrédients d'origine naturelle
- Formules clean & respectueuses de la peau
- Formules testées dermatologiquement

<sup>1</sup> concentrated royal jelly than the previous QUEEN BEE  
<sup>2</sup> % satisfaction, self-evaluation, women 45-65 y.o., after 4 weeks of use of QUEEN BEE light texture cream, twice per day  
<sup>3</sup> clinical evaluation, instrumental measurement, women 45-65 y.o., after 4 weeks of use QUEEN BEE light texture cream, twice per day

www.apivita.com



POLLINATE BEAUTY



## L'ECZÉMA ALLERGIQUE DE CONTACT

L'ECZÉMA ALLERGIQUE DE CONTACT EST UNE MANIFESTATION ALLERGIQUE CUTANÉE TRÈS FRÉQUENTE ; ELLE TOUCHE 15 À 20% DES EUROPÉENS. C'EST LA PREMIÈRE CAUSE DE DERMATOSES PROFESSIONNELLES. MAINS, VISAGE, PIEDS... SELON LA LOCALISATION DE L'ECZÉMA, LES ALLERGÈNES EN CAUSE DIFFÈRENT, CERTAINS BIEN CONNUS, D'AUTRES DE DESCRIPTION PLUS RÉCENTE. LE DIAGNOSTIC N'EST PAS TOUJOURS SIMPLE, CAR IL PEUT Y AVOIR DES PATHOLOGIES INTRIKUÉES. UNE MISE AU POINT CHEZ UN DERMATOLOGUE EST ESSENTIELLE. L'INTERROGATOIRE PUIS LE BILAN ALLERGOLOGIQUE DOIVENT PERMETTRE D'IDENTIFIER L'ORIGINE DE L'ECZÉMA DE CONTACT ALLERGIQUE. L'APPARITION RÉGULIÈRE DE NOUVEAUX ALLERGÈNES SUR LE MARCHÉ, NON ENCORE IDENTIFIÉS, REND PARFOIS L'INVESTIGATION COMPLEXE.

CETTE FORMATION A ÉTÉ RÉALISÉE SUITE AU CONGRÈS GERDA 2022, GROUPE D'ETUDES ET DE RECHERCHE EN DERMATO-ALLERGOLOGIE (GERDA) SOUS LA PRÉSIDENTE DU PROFESSEUR AERTS, DERMATOLOGUE, ANVERS.

Les dermatites de contact encore appelées eczémas de contact sont des maladies inflammatoires cutanées fréquentes qui surviennent au site de contact avec des molécules chimiques non protéiques (xénobiotiques). Les dermatites de contact ont une évolution chronique et leur prise en charge est limitée par l'absence de traitement curatif.

### PHYSIOPATHOLOGIE DE L'ECZÉMA DE CONTACT

Les eczémas de contact sont des réactions allergiques d'hyper-sensibilité immunologique cellulaire classées dans le type IV. Les antigènes traversent la couche cornée et entrent en contact, à la partie moyenne de l'épiderme, avec les cellules de Langerhans qui sont des cellules dendritiques épidermiques d'origine mésenchymateuse à fonction immunologique. Les cellules de Langerhans transmettent l'information antigénique aux lymphocytes T. A partir de ce moment, les lymphocytes T spécifiquement sensibilisés à l'antigène circulent dans tout l'organisme. Si le même antigène est à nouveau appliqué sur la peau, les lymphocytes sensibilisés secrèteraient des lymphokines qui entraîneront la réaction inflammatoire dermo-épidermique de l'eczéma. Cette hypersensibilité immunologique de contact, une fois acquise, est en général définitive.

### SYMPTÔMES

#### Les lésions passent par 4 stades :

1. Érythème
2. Vésicules
3. Suintement
4. Desquamation

- ➔ Ces différentes phases peuvent coexister.
- ➔ Le prurit précède le tableau clinique et est présent durant toutes les phases.
- ➔ L'eczéma peut prendre un aspect très oedémateux sur le visage, en particulier sur les paupières et sur les organes génitaux. Sur les paumes et les plantes, où la couche cornée est beaucoup plus épaisse, la rupture des vésicules est plus difficile, et l'eczéma aigu se présente sous forme de vésicules prurigineuses dures enchâssées.
- ➔ L'eczéma de contact débute sur la zone de contact avec l'allergène et peut s'étendre à distance du site de contact ou se généraliser sur le reste de la peau.

### COMPLICATIONS

- ➔ **Surinfection** : bactérienne, mycosique, virale.
- ➔ **Passage à la chronicité** : la guérison sans cicatrice est obtenue en 7 à 15 jours après éviction de l'allergène. Si le contact avec l'allergène persiste, les lésions deviennent chroniques. Les suintements sont plus rares, la peau prend un aspect épais, quadrillé.

### LES DIFFÉRENTS ALLERGÈNES

La plupart des eczémas de contact sont liés à des allergènes bien identifiés et regroupés selon les habitudes géographiques dans des batteries de test. En Europe, la batterie ICDRG (International Contact Dermatitis Group) est capable de déterminer l'étiologie de 80% des causes d'eczéma.

#### Dans notre environnement quotidien, les allergènes avec lesquels nous sommes en contact proviennent essentiellement de 4 sources :

1. **Les produits vestimentaires** : vêtements (teintures), chaussures (cuir, colle, caoutchouc...) et accessoires en nickel (bijoux fantaisie, boutons de pantalon, boucle de ceinture...).
2. **Les cosmétiques** : parfum, shampoing, déodorant, teinture capillaire, vernis à ongles...
3. **Les médicaments à application cutanée (topiques)** : antiseptiques, crèmes anti-inflammatoires...
4. **Les allergènes professionnels.**

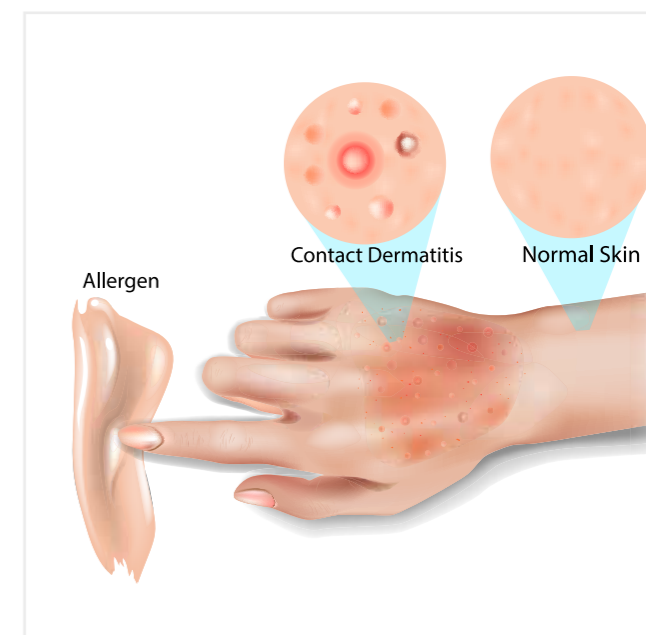
Parmi ces allergènes, certains ne sont responsables d'eczéma qu'après une exposition aux rayons ultraviolets (lumière du soleil). On parle alors de photoallergènes. Certains médicaments ou cosmétiques peuvent notamment être à l'origine de ce type d'eczéma de contact.

### PARMI LES CAUSES D'ECZÉMA DE CONTACT LES PLUS FRÉQUEMMENT RENCONTRÉES :

- ➔ Allergie au **nickel**, bijoux fantaisies, boutons de jeans mais aussi bracelets de montre, pièces de monnaie. Le nickel est très présent dans notre vie quotidienne et difficile à éviter. L'or plaqué et l'or gris contiennent du nickel.
- ➔ Allergie au **cobalt** ou au **chrome**.
- ➔ Allergie au **caoutchouc**.
- ➔ Allergie au **cuir**, surtout pour les chaussures; cette allergie est liée au chrome (utilisé pour le tannage) ou aux colles (néoprène).
- ➔ Allergie au **formol** contenu dans de nombreux cosmétiques (déodorants, dentifrices, vernis) mais aussi les désinfectants.
- ➔ Allergie **professionnelle** chez les coiffeuses à cause des teintures, les métiers de l'imprimerie à cause des encres (résines), les fleuristes, à cause des contacts avec des allergènes d'origine végétale (primevère, lierre, philodendron), les métiers de l'alimentation (farine chez les boulangers, poisson ou végétaux chez les cuisiniers).
- ➔ Eczéma dont souffrent les personnes qui travaillent constamment avec de l'**eau** ; l'eczéma des mains est souvent provoqué par une irritation attribuable à des produits comme les détergents et les savons forts, à l'humidité prolongée et à la transpiration dans des gants de caoutchouc. Le port de gants de coton recouvert de gants de caoutchouc réduit la gravité de cette affection.

### Bon à savoir

Des facteurs locaux favorisant sont parfois retrouvés : lavages répétés des mains, ports prolongés de gants... en cas d'eczéma des mains par exemple.





À NE PAS CONFONDRE : DERMATITE IRRITATIVE ET ECZÉMA ATOPIQUE

**Dermatite irritative**

Agressions physiques ou chimiques directes (mains ++) n'impliquant pas de mécanisme immunologique. Une dermatite d'irritation peut être à l'origine d'un eczéma de contact en altérant la fonction de barrière de la peau !

	ECZÉMA DE CONTACT	DERMATITE D'IRRITATION
Epidémio	Quelques patients en contact	La majorité des sujets en contact
Délai	Sensibilisation puis 24 à 48h de la nouvelle exposition	Minutes, heures
Lésion	Bords émiettés	Bords nets
Topographie	Déborde de la zone de contact, lésions à distance possibles	Limitée à la zone de contact (dos des mains ++)
Signe associé	Prurit	Brûlure
Test épicutané	+	- ou lésion d'irritation

**Dermatite (ou eczéma) atopique**

CHEZ L'ADULTE	CHEZ L'ENFANT ET L'ADULTE
Distinction eczéma de contact généralisé / dermatite atopique difficile.	Association eczéma + dermatite atopique possible, évoquée en cas de résistance au traitement local ou devant une topographie inhabituelle de dermatite atopique.

**Bon à savoir**

L'eczéma atopique survient dans un contexte d'atopie personnelle et/ou familiale (antécédents d'eczéma surtout dans la petite enfance, d'asthme, de rhino-conjonctivite allergique, d'allergie alimentaire).

**DYSIDROSE (= ECZÉMA DYSIDROSIQUE)**

Dans un contexte de dermatite atopique ou sans cause identifiée. La classification entre ces différents types n'est pas toujours facile. Par exemple le terrain de la dermatite atopique rend plus sensible à l'irritation et favorise la pénétration des allergènes, expliquant la possibilité de formes « mixtes ».

**DIAGNOSTIC**

Les tests allergologiques sont un outil indispensable pour identifier l'allergène en cause et permettre une guérison en évitant le contact. Il existe une batterie de tests cutanés standardisés

aux niveaux international et européen. Ces batteries de tests sont constituées de substances allergisantes connues et bien identifiées. Différentes batteries de tests avec des substances chimiques en fonction de l'activité professionnelle ont été mises au point. En plus de la batterie standard européenne utilisée systématiquement pour toute exploration d'un eczéma, il existe des batteries de tests spécifiques : pour la coiffure, la boulangerie, pour les utilisateurs d'huiles industrielles, de caoutchoucs, de plastiques/colles, de parfums, de plantes, batteries pour les professions dentaires. Ces batteries permettent des tests de provocation.

Les tests visent à reproduire à minima l'eczéma au moyen de patchs que l'on colle sur le dos pendant 48 heures selon un procédé standardisé. Le résultat des tests est lu à 48 heures, à 3 jours, à 7 jours.

Il faut savoir qu'il existe plus de 100.000 substances chimiques différentes identifiées et utilisées.

Pour l'instant, seulement 600 allergènes standardisés sont disponibles pour effectuer ces tests.

Des photo-patchs tests couplant les patch tests et une irradiation aux UV sont parfois réalisés en cas de suspicion d'eczéma de contact photo-induit (l'allergène étant induit sous l'effet des UV).

**QUELS TRAITEMENTS ?**

Il faut d'une part traiter l'eczéma et d'autre part prévenir les récurrences. Les directives de traitements proposent l'utilisation d'émollients de base associés plus ou moins à des kératolytiques, l'éducation thérapeutique avec l'application de topiques : dermocorticoïdes ou inhibiteurs de la calcineurine. En deuxième intention, on peut recourir aux dermocorticoïdes très forts, parfois sous occlusion, la photothérapie, les rétinoïdes (acitrétine, alitrétinoïne). Dans des cas extrêmes, des traitements systémiques tels que la ciclosporine, le méthotrexate, l'azathioprine pourraient même être envisagés.

Heureusement des traitements sont en développement, notamment les inhibiteurs de JAK1/2/3 tels le delgocitinib ou encore le dupilumab, traitement systémique de la dermatite atopique.

**NOS CONSEILS**

**PRÉVENIR**

Éviter dans la mesure du possible les substances fortement sensibilisantes.

**MAINTENIR UNE BARRIÈRE CUTANÉE DE QUALITÉ**

Éviter d'appliquer des substances irritantes, éviter la macération, les milieux humides... et maintenir une hydratation cutanée (conseils d'émollients dans une galénique adaptée à la plainte).

**EN CAS D'ECZÉMA DE CONTACT**

Éviter absolument tout contact avec les allergènes ou prendre les mesures de protection adaptées en cas d'eczéma de contact professionnel.

**AU NIVEAU DES MAINS**

L'eczéma chronique des mains (ECM) est fréquent puisqu'il touche 10% de la population générale. C'est une dermatose inflammatoire qui dure plus de 6 mois, prurigineuse, qui a un impact important sur la qualité de vie, du fait de la gêne fonctionnelle et esthétique qu'elle entraîne. Elle a aussi d'importantes conséquences socio-économiques en suscitant l'arrêt de travail et la perte d'emploi.

Les mains sont exposées à **3 catégories** d'allergènes particulièrement fréquents :

- 1 les métaux**
- 2 les biocides**
- 3 les parfums**

La topographie précise – dos, paume, doigts... – et des manifestations rythmées par le travail peuvent être indicatives. Attention cependant aux allergies croisées ou à la combinaison d'allergènes professionnels avec d'autres liés aux activités de loisirs ou du quotidien, qui peuvent rendre l'investigation complexe.

- ➔ Parmi les métaux allergéniques, figure évidemment le nickel dont l'usage est très répandu.
- ➔ Les biocides (produits d'entretien ou savons professionnels) sont une source d'isothiazolinones hautement allergénique. Les enfants y sont souvent exposés en manipulant les colles qui entrent dans la composition du slime.
- ➔ Les savons ainsi que les crèmes peuvent contenir des parfums allergéniques comme le citral, le géraniol et le linalol.
- ➔ Lorsque l'eczéma est principalement localisé au niveau du dos des mains, la diphénylguanidine est l'un des additifs le plus souvent en cause dans les objets en caoutchouc.
- ➔ Un eczéma dont la topographie s'arrête à la limite du gant est très évocateur. La manipulation d'objets en caoutchouc noir peut aussi donner une atteinte dishydrosique au niveau de la paume des mains.
- ➔ En cas de pulpite, il faut penser aux acrylates manipulés en ongles, dentisterie ou à la manipulation de colles.

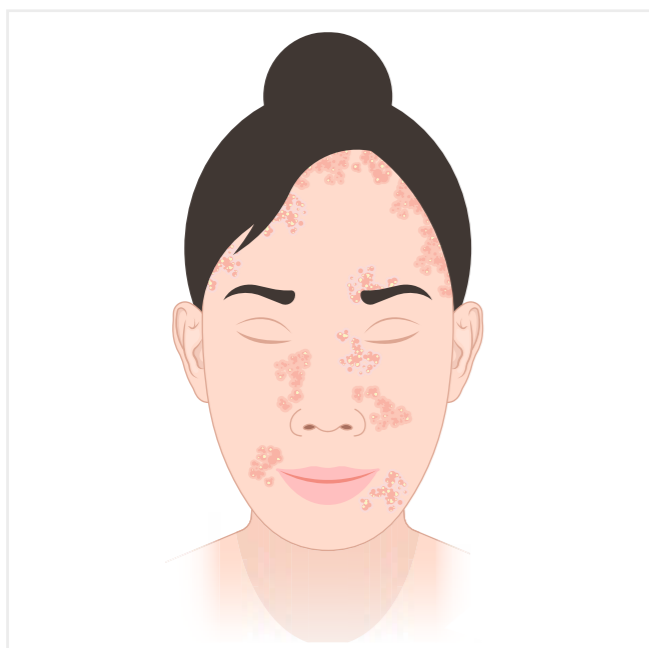


**AU NIVEAU DU VISAGE**

Au niveau du visage, l'allergie de contact peut parfois se présenter comme la dermatite sous-jacente, en particulier la rosacée.

- ➔ Plusieurs allergènes des fragrances peuvent être en cause : limonène, linalol, formaldéhyde...
- ➔ Les méthacrylates peuvent donner des lésions à distance, sans atteinte des mains. Les « kits » manucure maison sont quant à eux une source d'allergie de contact et d'urticaire solaire.

- L'utilisation de diffuseurs d'huiles essentielles, de lavande notamment, est à l'origine de dermatites aéroportées et de dermatites systémiques, qui peuvent mimer une dermatite atopique chez l'enfant.
- Les sels d'EDTA sont des allergènes cosmétiques rares, qui doivent être évoqués en cas d'atteinte du visage, des paupières et surtout des lèvres.
- Face à une chéilite rebelle, il faut aussi savoir évoquer d'autres allergènes rares contenus dans les sticks pour les lèvres, comme l'huile de ricin, la cera alba et la cera flava ou encore la candelilla cera.
- Les dermatoses faciales aux poppers doivent être reconnues, en particulier chez des patients présentant des lésions croûteuses péri-nasales et narinaires associées à d'autres symptômes plus généraux (vertiges, hypotension, tachycardie, nausées, vomissements...). Même après le sevrage, des rechutes ont été décrites, une allergie étant déclenchée par voie aéroportée.



#### ■ AU NIVEAU DES PAUPIÈRES

La peau des paupières est très sensible alors que de nombreux produits y sont appliqués au quotidien. La sensibilisation se fait par contact direct ou indirect. L'eczéma de contact aigu touche le plus souvent les paupières supérieures, avec une éruption érythémateuse et suintante. Lorsqu'il devient chronique, les yeux sont moins rouges, et son aspect est plus sec, sans vésicule.

Lorsque l'allergie est localisée au niveau même des paupières, les produits appliqués au niveau oculaire sont le plus souvent incriminés : collyres, topiques ophtalmologiques (penser au chlorure de benzalkonium), maquillage des yeux (les fards peuvent contenir des métaux), produits démaquillants, ainsi que des crèmes ou des produits appliqués sur le visage.

Les allergies à proximité des paupières évoquent plutôt la responsabilité d'un produit capillaire ou d'un médicament topique cutané. Il faut penser également aux allergènes aéroportés (parfums ou diffuseurs d'aromathérapie, cigarettes électroniques, plastiques, colles, vernis...) ou manuportés (crèmes pour les mains, vernis, médicaments...). L'association à une conjonctivite peut faire suspecter un allergène iatrogène ophtalmique ou un allergène aéroporté (pollens, poils d'animaux, moisissures...). Les allergies médicamenteuses peuvent concerner les excipients ou les principes actifs.

#### ■ PIEDS ET JAMBES

Tout eczéma du pied doit faire penser à un eczéma de contact, en pratique surtout lié aux chaussures. Il faut bien sûr éliminer les autres diagnostics, en particulier psoriasis, trichophytie, dys-hidrose ou encore dermatite atopique. Mais diverses pathologies peuvent être intriquées. Cliniquement, les lésions siègent au niveau du dos des orteils et des pieds et/ou aux endroits de friction des chaussures et peuvent se généraliser. L'atteinte des plantes est assez rare. La surinfection est fréquente.

#### LES PRINCIPALES SUBSTANCES EN CAUSE SONT :

Les colles (thiourées des néoprènes, colophane).

Les additifs (accélérateurs de vulcanisation, antioxydants, colorants) présents dans les caoutchoucs (phénylènediamines type IPPD ou DPPD).

Les autres allergènes fréquemment incriminés sont ceux utilisés pour le tannage, la coloration ou la conservation du cuir formaldéhyde, métaux (chrome, cobalt), isothiazolinones.

Récemment, le sulfure de diméthylthiocarbamylbenzothiazole a été décrit, présent dans des chaussures de bateau en toile.

Enfin, les baskets, tongs et protège-tibias en mousse d'EVA et qui contiennent de l'acétophénone azine ont été décrits comme induisant des eczémas de contact sévères avec lésions dépigmentées et nécessitant parfois un traitement par méthotrexate.

L'eczéma de contact allergique des pieds est lié le plus souvent au port de chaussures et de chaussons de sport, moins souvent aux produits de traitement des pieds ou des chaussures ou à des topiques médicamenteux.

Aussi, si le bilan allergologique se fonde sur la batterie de standard européen, différents allergènes complémentaires peuvent être associés.

#### Bon à savoir

Le diagnostic est surtout clinique. Parfois, des examens complémentaires, comme les biopsies sont nécessaires pour éliminer d'autres diagnostics différentiels. Dans certains cas, cet eczéma peut être confondu avec une mycose, notamment au niveau des mains et des pieds et le prélèvement mycologique est alors utile.

#### ■ L'ECZÉMA DE CONTACT D'ORIGINE PROFESSIONNELLE

L'eczéma de contact d'origine professionnelle est une maladie fréquente dont les conséquences sont importantes, avec une réduction de la qualité de vie et un risque de perte d'emploi. De nombreux secteurs professionnels exposent au risque de développer cette affection.

Le dermatologue identifiera le ou les produits chimiques allergisants en cause parmi les multiples produits présents au poste de travail, et d'autre part aidera le patient à mettre en place une prévention et favoriser le maintien dans l'emploi.

Chez le même patient, l'origine de l'eczéma peut être multifactorielle associant un terrain atopique et une exposition à des irritants et à des allergènes, qui seront à prendre en considération dans la prévention et l'aménagement du poste de travail. Dans certains cas, l'exposition professionnelle vient aggraver une dermatose préexistante, une dermatite atopique principalement du fait d'une barrière cutanée altérée, mais parfois aussi le psoriasis.

L'eczéma d'origine professionnelle doit être évoqué, en particulier si le patient a une activité professionnelle à risque, s'il présente des lésions au niveau des mains ou du visage, rythmées par le travail.



Face à un patient présentant un eczéma, il faut systématiquement lui demander sa profession.



L'interroger aussi pour savoir si pendant les vacances ou les week-ends, les troubles s'amendent. L'eczéma professionnel touche les mains dans 70 à 90% des cas, et aussi, mais moins souvent, le visage, les poignets, les bras, le décolleté, les pieds. Ainsi, les produits volatils, pulvérisés par exemple, peuvent toucher le visage par contact aéroporté.

Les professions les plus à risque sont celles comportant une part importante de travail en milieu humide (mains dans l'eau, lavage fréquent des mains, port prolongé de gants occlusifs, changement fréquent de paires de gants jetables).

En premier lieu, le **secteur de la beauté**, comprenant les coiffeurs, les esthéticiennes, les prothésistes ongulaires (qui posent des faux ongles), est particulièrement à risque. Les personnes qui travaillent dans le **secteur du nettoyage** utilisent aussi beaucoup de produits irritants, ce qui favorise le développement de l'allergie. Le personnel de la santé est l'un des secteurs le plus fréquemment touché aussi : aides-soignantes, infirmières, dentistes, prothésistes dentaires, chirurgiens, médecins, du fait d'un travail en milieu humide important. Les **professionnels du BTP** (bâtiments, travaux publics), maçons, peintres, charpentiers payent un lourd tribut à cet eczéma au travail, tout comme ceux qui oeuvrent dans la **métallurgie**.

Autre secteur à risque important, **les cuisiniers, les plongeurs**. Le fait d'avoir les mains dans l'eau et de manipuler des protéines dans l'industrie agro-alimentaire par exemple, augmente le risque d'eczéma, avec possibilité de développer une allergie aux protéines alimentaires. Le **secteur vétérinaire**, celui de l'**agriculture** et de l'**horticulture** sont également concernés.

#### Bon à savoir

Dès qu'une personne est souvent exposée à un allergène, elle peut, selon les conditions de travail, développer un eczéma.

Nathalie Evrard





## RÉSULTATS EN 10 JOURS

RÉDUIT LES RIDES  
STIMULE LE COLLAGÈNE  
ILLUMINE ET HYDRATE

## ACTIVEZ LA LUMINOSITÉ DE VOTRE PEAU

SÉRUM FLAVO-C FORTE  
AVEC 15% DE VITAMINE C FRAÎCHE ET PURE  
PROGRAMME INTENSIF DE 10 & 30 JOURS



## En Europe, 1 personne sur 8 vivant avec le VIH n'est pas diagnostiquée.

De plus en plus de personnes vivent dans la région Europe avec le VIH sans que celui-ci ne soit diagnostiqué, indique le Centre européen de prévention et de contrôle des maladies (ECDC). Ce constat a été soulevé à la suite de la publication du rapport annuel de surveillance en Europe du sida et du VIH.

### La situation en chiffres...

À l'occasion de la Journée mondiale de lutte contre le sida, le nouveau rapport montre que depuis au moins 2018 et jusqu'en 2021, le nombre de personnes infectées par le VIH dans la région européenne est supérieur au nombre de personnes diagnostiquées. En revanche, il y a eu légèrement plus de diagnostics que d'infections par le VIH au cours de la dernière décennie, ce qui indique que le nombre de personnes vivant avec un VIH non diagnostiqué est probablement en baisse dans nombre de ces pays, selon l'ECDC. Ce dernier estime toutefois qu'une personne sur huit vivant avec le VIH dans l'UE/EEE n'est toujours pas diagnostiquée.

Toutefois, si l'on considère l'évolution sur plusieurs années, on constate une tendance persistante à la baisse. Le nombre de nouveaux diagnostics de VIH a augmenté chez les personnes de nationalité belge, tant chez les hommes qui ont des rapports sexuels avec d'autres hommes (376 nouveaux cas diagnostiqués) que chez les hommes et les femmes hétérosexuels (373 nouveaux diagnostics), tandis qu'une diminution ou une stabilisation du nombre de diagnostics a été constatée chez les non-Belges. En 2021, 30% des infections par le VIH ont été diagnostiquées tardivement et ce chiffre monte à 42% pour les infections transmises par contacts hétérosexuels.

« Le fait que l'augmentation du nombre de nouveaux diagnostics ait été également observée dans la population hétérosexuelle belge, nous encourage à poursuivre nos campagnes de prévention combinée à l'attention du grand public notamment en utilisant des canaux de diffusion tels que les réseaux sociaux, la télé ou la radio. Actuellement, la prévention combinée du VIH reste l'outil le plus efficace pour réduire au maximum les nouvelles infections », note Thierry Martin, directeur de la Plateforme Prévention Sida.

### Continuum des soins pour le VIH

La prise en charge optimale des patients séropositifs nécessite une continuité des services tout au long des stades suivants : dépistage, diagnostic, admission et maintien en soins, initiation du traitement antirétroviral et obtention d'une charge virale indétectable.

Les patients dont la charge virale est indétectable ont un pronostic plus favorable et ne peuvent plus transmettre le virus lors de contacts sexuels, ce qui contribue à la prévention de nouvelles infections par le VIH.

En 2021, on estimait à 19.177 le nombre de personnes vivant avec le VIH en Belgique. Parmi ces personnes vivant avec le VIH, 94% étaient diagnostiquées, parmi celles-ci, 89% étaient sous traitement antirétroviral et parmi celles-ci, 97% avaient une charge virale supprimée, soit 81% de l'ensemble des personnes vivant avec le VIH. La Belgique est donc en bonne voie vers les objectifs de l'ONUSIDA 95-95-95 en 2025. Cependant, environ une personne vivant avec le VIH sur cinq aurait une charge virale non supprimée et serait donc à risque de transmission du VIH. Ceci est principalement lié à un retard de diagnostic ou une interruption des soins médicaux pour le VIH.

En Belgique,  
l'épidémie du VIH  
augmente de 4%  
entre 2020 et  
2021.





### Impact du dépistage pendant la pandémie de COVID-19

Les divers confinements et mesures restrictives ont engendré, pour les patients vivant avec le VIH, des difficultés d'accès aux consultations et aux prélèvements. Mais grâce au téléphone, aux consultations en vidéo, aux envois d'ordonnance par courrier postal ou électronique, il n'y a pas eu de ruptures de traitement antirétroviral pour les patients déjà pris en charge.

En revanche, on a constaté une baisse des dépistages entre 2019 et 2020 : pour le premier confinement, la plupart des gens restaient chez eux, donc le risque de contamination par le VIH était limité, mais par la suite la vie a repris, avec un taux de dépistage qui reste faible.

### COVID-19 et VIH

Les comorbidités et l'immunosuppression induite par l'infection par le VIH avec un taux de CD4 bas et/ou une charge virale non contrôlée sont des facteurs de risque pour une évolution défavorable en cas de COVID-19, en particulier chez des personnes non vaccinées. En revanche, chez les patients séropositifs pour le VIH, virologiquement contrôlés avec une charge virale indétectable sous traitement antirétroviral, le VIH en lui-même ne constitue pas un facteur de risque de forme grave de COVID-19.

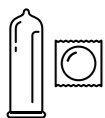
Les recommandations actuelles pour la prise en charge clinique de la COVID-19 chez les personnes vivant avec le VIH sont identiques à celles qui valent pour la population générale, y compris en matière de traitement et de vaccination.

Les personnes vivant avec le VIH remplissent tout autant les conditions requises pour recevoir un traitement anti-SARS-CoV-2 que les personnes séronégatives et les personnes qui sont à un stade avancé de la maladie à VIH devraient être considérées comme hautement prioritaires.

### Dépistage

Actuellement, la prévention combinée du VIH reste l'outil le plus efficace pour réduire au maximum les nouvelles infections.

#### ELLE PERMET DE COMBINER EN FONCTION DE SA SITUATION ET DE SES PRATIQUES :



L'usage du **préservatif** et du **lubrifiant**.



Le recours au **dépistage** répété afin de connaître son statut sérologique.



**L'utilisation des traitements anti-VIH** : tant par les personnes séropositives dans le but de rendre leur charge virale indétectable et ainsi empêcher la transmission du VIH à d'autres personnes (Indétectable = Intransmissible), que pour les personnes séronégatives à haut risque d'acquisition du VIH pour éviter l'infection de manière préventive (PrEP ou TPE).

## Prophylaxie médicamenteuse anti-VIH

On distingue 2 types de prophylaxie médicamenteuse :

**1** Le TPE associe trois médicaments antirétroviraux et est prescrit juste après une exposition potentielle au VIH, par voie sexuelle ou sanguine. Il doit être commencé le plus tôt possible, de préférence moins de 4 heures et au plus tard dans les 48 heures. Le traitement est donné pour une durée de 28 jours. Il peut être écourté selon le statut du cas dit « index » (premier cas de la chaîne de transmission suspectée), si celui-ci se révèle VIH-négatif. Le TPE est très efficace dès lors qu'il est pris correctement pendant toute sa durée.

**2** La PrEP s'adresse à une personne non infectée avant une exposition à travers des relations sexuelles à haut risque de transmission. La PrEP repose actuellement sur la prise d'une bithérapie antirétrovirale. Deux options de prise sont possibles : soit une prise continue à raison de un comprimé par jour, soit une prise « intermittente » avec deux comprimés avant le ou les rapports, puis un comprimé juste après et, enfin, un dernier à 24 h. Jusqu'ici, l'efficacité de ce traitement avait été démontrée par des essais cliniques mais on manquait d'étude comparative en vie réelle pour la confirmer. Une nouvelle étude montre que, parmi les hommes à haut risque d'infection au VIH par voie sexuelle en France, l'efficacité de la PrEP en vie réelle atteint un niveau très élevé. Mais à condition que l'observance de ce traitement préventif soit bonne.

« Afin de renforcer la prévention au quotidien, la Plateforme Prévention Sida et ses partenaires développent une approche communautaire auprès des publics les plus vulnérables afin d'offrir gratuitement des préservatifs accompagnés de lubrifiant dans leurs lieux de vie ainsi qu'un accès renforcé au dépistage (test rapide VIH, syphilis et hépatites, dépistage médicalisé des IST, auto-test VIH) afin de favoriser le dépistage précoce et, le cas échéant, une mise sous traitement rapide auprès des différents Centres de référence VIH. Un autre enjeu important est de renforcer l'accès à l'information concernant la PrEP et, ainsi permettre, qu'à côté des hommes qui ont des relations sexuelles avec d'autres hommes, d'autres publics vulnérables puissent bénéficier de cet outil de prévention efficace. C'est notamment en innovant dans le modèle de délivrance de la PrEP (délivrance communautaire ou via les médecins généralistes, par exemple) que nous pourrions augmenter l'utilisation de cet outil de prévention par les publics les plus vulnérables », souligne Thierry Martin, directeur de la Plateforme Prévention Sida.

### Indétectable = non transmissible

Des combinaisons thérapeutiques efficaces, introduites au milieu des années 1990 et largement utilisées dans les pays industrialisés, ont eu un effet profond sur l'évolution de l'infection par le VIH, améliorant la qualité de vie et retardant l'apparition du sida et la mort chez les personnes infectées par le VIH.

Lorsqu'une personne vivant avec le VIH suit une thérapie antirétrovirale efficace, sa charge virale baisse tellement qu'elle devient indétectable (moins de 50 copies par millilitre de sang).

De nombreuses études ont montré que les personnes vivant avec le VIH qui suivent une thérapie antirétrovirale efficace et dont le niveau de VIH est ramené à des niveaux indétectables ne peuvent pas transmettre le virus par voie sexuelle. Après 6 mois de traitement antirétroviral, 90 à 95% des patients ont une charge virale indétectable.

Le renforcement des efforts visant à améliorer l'observance à la PrEP est essentiel pour garantir son efficacité, en particulier chez les jeunes et les personnes défavorisées

### Bon à savoir

L'espérance de vie d'une personne séropositive dépistée tôt, bien traitée et suivie, se rapproche de celle d'une personne non infectée.

### Des avancées thérapeutiques pour améliorer la qualité de vie

Grâce à l'efficacité des traitements actuels et de leur bonne tolérance, le virus peut être contrôlé rapidement et les patients porteurs du VIH ont maintenant une espérance de vie normale, avec un traitement qui doit être pris à vie, jusqu'à 50 à 60 années pour les patients qui ont été infectés jeunes. La finalité du traitement est l'indétectabilité de la charge virale et, finalement, peu importait le nombre de molécules antirétrovirales pour y parvenir. Avec des molécules plus efficaces, plus robustes et compte tenu de la nécessité d'un traitement à vie, s'est développée l'idée d'alléger la trithérapie classique pour limiter la toxicité médicamenteuse à long terme. Plusieurs stratégies allant dans ce sens ont fait la preuve de leur efficacité : des bithérapies orales ou encore des antirétroviraux injectables (ARV) qui permettent une seule injection intramusculaire tous les deux mois. Les ARV injectables de longue durée d'action sont proposés uniquement aux adultes infectés par le VIH-1 et ayant une charge virale indétectable sous ARV oral stable. Les traitements intermittents consistent en une trithérapie prise quatre jours de suite par semaine, avec une pause de trois jours. Des antirétroviraux injectables en sous-cutané sont en cours de développement, ce qui permettrait au patient de s'auto-injecter.

Nathalie Evrard



Prix public : **8,99€**

# POURQUOI CHOISIR NUROFEN 400 FASTCAPS ?

## NUROFEN 400 FASTCAPS EST ABSORBÉ 2X PLUS VITE QUE 2 COMPRIMÉS NUROFEN 200 MG<sup>1</sup>

**60 sec**

**55 min**

Le T<sub>max</sub> de l'ibuprofène standard est atteint<sup>1)</sup>

**07 min**

Nurofen 400 FastCaps libère l'ibuprofène<sup>2</sup>

**07 min**

Nurofen 400 FastCaps commence à être absorbé dans les 7 minutes<sup>3</sup>

**1.2 Propriétés pharmacologiques** : Groupe pharmacothérapeutique : anti-inflammatoires et antirhumatismaux, dérivés de l'acide propionique. Code ATC : M01AD01.
Ibuprofène possède des propriétés analgésiques, antypyrétiques et anti-inflammatoires. La dose analgésique est de 200 à 400 mg par prise, avec un maximum de 1,2 g par jour. L'effet anti-inflammatoire n'apparaît qu'avec des doses supérieures aux doses analgésiques/antypyrétiques. C'est un composé qui fait partie de la classe des dérivés de l'acide propionique.
Ibuprofène est un médicament anti-inflammatoire non stéroïdien (AINS) dont l'efficacité dans l'inhibition de la synthèse de prostaglandines (cyclo-oxygénase) a été démontrée à l'aide des modèles anti-inflammatoires expérimentaux standards chez l'animal. C'est pourquoi l'ibuprofène réduit la douleur inflammatoire, l'œdème et l'hyperémie de plus.
Ibuprofène inhibe de manière réversible l'agrégation plaquettaire. Les données expérimentales suggèrent que l'ibuprofène inhibe de façon compétitive l'effet des faibles doses d'acide acétylsalicylique sur l'agrégation plaquettaire en cas d'administration concomitante. Des études pharmacodynamiques montrent que quand des doses uniques d'ibuprofène 400 mg ont été prises dans les 8 h qui précèdent ou dans les 30 heures de prise de doses uniques d'acide acétylsalicylique 100 mg, l'effet inhibiteur de l'acide acétylsalicylique sur la formation du thromboxane ou sur l'agrégation plaquettaire se produit. Bien qu'il existe des incertitudes en ce qui concerne l'interaction de ces données aux situations cliniques, la possibilité qu'une utilisation d'ibuprofène, à long terme, soit susceptible de réduire l'effet cardioprotecteur des faibles doses d'acide acétylsalicylique ne peut pas être exclue.
Aucun effet cliniquement pertinent n'est considéré comme probable en cas d'utilisation occasionnelle d'ibuprofène (voir rubrique 4.3).
Ibuprofène a été étudié en rapport avec la douleur dentaire post-opératoire, les maux de gorge et les crampes abdominales accompagnant la dentéromyélite primaire. Ces maux de gorge ont été améliorés par la prise concomitante d'ibuprofène pour le traitement de la douleur aigüe légère à modérée. Ces études ont montré qu'une dose de 200 à 400 mg d'ibuprofène est efficace contre la douleur aigüe.
Ibuprofène est également actif chez des patients souffrant de douleur et de fièvre induite par une grippe ou un rhume, ainsi qu'en cas de céphalées, de douleurs musculaires et de crampes.

**1.3 Propriétés pharmacocinétiques** : Lors de l'utilisation d'une dose thérapeutique, l'ibuprofène présente une pharmacocinétique linéaire et celle-ci n'est pas modifiée de manière significative chez les enfants, les adultes ou les personnes âgées. La bioaccessibilité n'est pas influencée par la prise concomitante d'ibuprofène avec de la nourriture; en cas de prise après le repas, la concentration sérique maximale est atteinte plus lentement et est moins élevée. Toutefois, cela n'a aucune influence sur la quantité totalement absorbée du produit.
Ibuprofène est rapidement éliminé, si bien que la concentration sérique maximale est atteinte après environ 1h30. Nurofen 400 FastCaps contient 400 mg d'ibuprofène dilué dans une solution hydroalique contenue dans une enveloppe gélatineuse. Après ingestion, l'enveloppe se désintègre dans le suc gastrique libérant immédiatement l'ibuprofène dissout pour absorption. Après administration orale de Nurofen 200 FastCaps l'ibuprofène est absorbé deux fois plus vite du tractus gastro-intestinal et atteint la concentration sérique maximale deux fois plus vite (Tmax 35-40 minutes) que pour les comprimés d'ibuprofène. Une comparaison entre une capsule à 400 mg d'ibuprofène et 2 Nurofen dragées à 200 mg a démontré que le pic de concentration plasmatique médian (Tmax) est atteint deux fois plus vite pour les capsules (40 min) que pour les dragées (90 minutes).
Ibuprofène se lie pour 99% à des protéines plasmatiques, mais, compte tenu de son site de liaison, cela n'influe pas sur les interactions. Sa durée de demi-vie est de 2 heures. Dans des conditions identiques, la concentration plasmatique augmente proportionnellement à la quantité de médicament absorbée. Le pic de concentration sérique est atteint 2 heures après la prise, se maintenant 5 à 6 heures et après 12 heures, celui-ci est supérieur à la concentration plasmatique. La concentration sérique maximale est environ un tiers de la concentration sérique maximale.
Ibuprofène est dans une très large mesure métabolisé dans le foie en un dérivé éthyle et carboxyle inactif. L'élimination rapide d'ibuprofène est efficace pour plusieurs (pour plus de 90% via l'urine, et est pratiquement entièrement éliminée 24 heures après la prise) et atteint la concentration sérique inférieure pour 10% sous une forme inchangée et pour 90% sous forme de deux métabolites inactifs. Au cours d'un nombre limité d'études, de très faibles concentrations d'ibuprofène ont été détectées dans le lait maternel.

**1.5. Données de sécurité préclinique** : Lors d'épreuves animales, la toxicité subchronique et chronique de l'ibuprofène a surtout été observée sous forme de lésions et d'ulcérations dans le tractus gastro-intestinal. Les études in vivo et in vivo ritid déjagat aucune preuve cliniquement pertinente d'un effet potentiellement mutagène de l'ibuprofène. Les études réalisées chez des rats et des souris n'ont apporté aucune preuve d'un cancer chez les animaux. La bioaccessibilité n'est pas influencée par la prise concomitante d'ibuprofène avec de la nourriture; en cas de prise après le repas, la concentration sérique maximale est atteinte plus lentement et est moins élevée. Toutefois, cela n'a aucune influence sur la quantité totalement absorbée du produit.
Ibuprofène est rapidement éliminé, si bien que la concentration sérique maximale est atteinte après environ 1h30. Nurofen 400 FastCaps contient 400 mg d'ibuprofène dilué dans une solution hydroalique contenue dans une enveloppe gélatineuse. Après ingestion, l'enveloppe se désintègre dans le suc gastrique libérant immédiatement l'ibuprofène dissout pour absorption. Après administration orale de Nurofen 200 FastCaps l'ibuprofène est absorbé deux fois plus vite du tractus gastro-intestinal et atteint la concentration sérique maximale deux fois plus vite (Tmax 35-40 minutes) que pour les comprimés d'ibuprofène. Une comparaison entre une capsule à 400 mg d'ibuprofène et 2 Nurofen dragées à 200 mg a démontré que le pic de concentration plasmatique médian (Tmax) est atteint deux fois plus vite pour les capsules (40 min) que pour les dragées (90 minutes).
Ibuprofène se lie pour 99% à des protéines plasmatiques, mais, compte tenu de son site de liaison, cela n'influe pas sur les interactions. Sa durée de demi-vie est de 2 heures. Dans des conditions identiques, la concentration plasmatique augmente proportionnellement à la quantité de médicament absorbée. Le pic de concentration sérique est atteint 2 heures après la prise, se maintenant 5 à 6 heures et après 12 heures, celui-ci est supérieur à la concentration plasmatique. La concentration sérique maximale est environ un tiers de la concentration sérique maximale.
Ibuprofène est dans une très large mesure métabolisé dans le foie en un dérivé éthyle et carboxyle inactif. L'élimination rapide d'ibuprofène est efficace pour plusieurs (pour plus de 90% via l'urine, et est pratiquement entièrement éliminée 24 heures après la prise) et atteint la concentration sérique inférieure pour 10% sous une forme inchangée et pour 90% sous forme de deux métabolites inactifs. Au cours d'un nombre limité d'études, de très faibles concentrations d'ibuprofène ont été détectées dans le lait maternel.

**1.6. Données pharmacocinétiques** : Lors d'épreuves animales, la toxicité subchronique et chronique de l'ibuprofène a surtout été observée sous forme de lésions et d'ulcérations dans le tractus gastro-intestinal. Les études in vivo et in vivo ritid déjagat aucune preuve cliniquement pertinente d'un effet potentiellement mutagène de l'ibuprofène. Les études réalisées chez des rats et des souris n'ont apporté aucune preuve d'un cancer chez les animaux. La bioaccessibilité n'est pas influencée par la prise concomitante d'ibuprofène avec de la nourriture; en cas de prise après le repas, la concentration sérique maximale est atteinte plus lentement et est moins élevée. Toutefois, cela n'a aucune influence sur la quantité totalement absorbée du produit.
Ibuprofène est rapidement éliminé, si bien que la concentration sérique maximale est atteinte après environ 1h30. Nurofen 400 FastCaps contient 400 mg d'ibuprofène dilué dans une solution hydroalique contenue dans une enveloppe gélatineuse. Après ingestion, l'enveloppe se désintègre dans le suc gastrique libérant immédiatement l'ibuprofène dissout pour absorption. Après administration orale de Nurofen 200 FastCaps l'ibuprofène est absorbé deux fois plus vite du tractus gastro-intestinal et atteint la concentration sérique maximale deux fois plus vite (Tmax 35-40 minutes) que pour les comprimés d'ibuprofène. Une comparaison entre une capsule à 400 mg d'ibuprofène et 2 Nurofen dragées à 200 mg a démontré que le pic de concentration plasmatique médian (Tmax) est atteint deux fois plus vite pour les capsules (40 min) que pour les dragées (90 minutes).
Ibuprofène se lie pour 99% à des protéines plasmatiques, mais, compte tenu de son site de liaison, cela n'influe pas sur les interactions. Sa durée de demi-vie est de 2 heures. Dans des conditions identiques, la concentration plasmatique augmente proportionnellement à la quantité de médicament absorbée. Le pic de concentration sérique est atteint 2 heures après la prise, se maintenant 5 à 6 heures et après 12 heures, celui-ci est supérieur à la concentration plasmatique. La concentration sérique maximale est environ un tiers de la concentration sérique maximale.
Ibuprofène est dans une très large mesure métabolisé dans le foie en un dérivé éthyle et carboxyle inactif. L'élimination rapide d'ibuprofène est efficace pour plusieurs (pour plus de 90% via l'urine, et est pratiquement entièrement éliminée 24 heures après la prise) et atteint la concentration sérique inférieure pour 10% sous une forme inchangée et pour 90% sous forme de deux métabolites inactifs. Au cours d'un nombre limité d'études, de très faibles concentrations d'ibuprofène ont été détectées dans le lait maternel.

**1.7. Titulaire de l'autorisation de mise sur le marché**

**1.8. Liste des médicaments :** Nurofen 200 comprimés enrobés : Cosmocalcium sodique, laurylsulfate de sodium, citrate de sodium, acide stéarique, silice colloïdale anhydre, carmellose sodique, talc, gomme arabique, saccharose, dioxyde de titane (E 171), Macrogol 6000 et encre pour impression.
**Nurofen 200 FastCaps capsules molles** : Nova liquide : macrogol 600, hydroxyde de potassium. Capsule : gélatine, sorbitol, eau purifiée, Ponceau 4R (E124) et encre pour impression.
**Nurofen 400 comprimés enrobés** : Cosmocalcium sodique, laurylsulfate de sodium, citrate de sodium, acide stéarique, silice colloïdale anhydre, carmellose sodique, talc, gomme arabique, saccharose, dioxyde de titane (E 171), Macrogol 600 et encre pour impression.
**Nurofen 400 FastCaps capsules molles** : Macrogol 600, hydroxyde de potassium, gélatine, sorbitol (E420), eau purifiée, Ponceau 4R (E124) et encre pour impression.

**1.9. Incompatibilités :** Sans objet.
**1.10. Durée de conservation :** Nurofen 200 comprimés enrobés et Nurofen 400 FastCaps : 3 ans.
Nurofen 200 FastCaps en Nurofen 400 mg comprimés enrobés : 2 ans

**1.11. Précautions particulières de conservation :** Nurofen 200 FastCaps : A conserver à une température ne dépassant pas 30°C.
Nurofen 400 mg comprimés enrobés et Nurofen 400 FastCaps : A conserver à une température ne dépassant pas 25°C.
**1.12. Numéro d'autorisation de mise sur le marché** : A. Cosmocalcium sodique, laurylsulfate de sodium, citrate de sodium, acide stéarique, silice colloïdale anhydre, carmellose sodique, talc, gomme arabique, saccharose, dioxyde de titane (E 171), Macrogol 6000 et encre pour impression.
**Nurofen 400 FastCaps capsules molles** : Macrogol 600, hydroxyde de potassium, gélatine, sorbitol (E420), eau purifiée, Ponceau 4R (E124) et encre pour impression.

**1.13. Nature et contenu de l'emballage extérieur :** Nurofen 200 comprimés enrobés sont conditionnés par 12, 24 et 48 sous plaquettes constituées de PVC et de feuille d'aluminium. Les plaquettes sont emballées dans des boîtes en carton.
Nurofen 200 FastCaps sont conditionnés par 2, 4, 6, 8, 10, 12, 20, 24, 30, 40, 50 et 60 capsules sous plaquettes en PVC/PVC/Alu blanc opaque. Les plaquettes sont emballées dans des boîtes en carton.
Nurofen 400 comprimés enrobés sont conditionnés par 12, 24 et 30 sous plaquettes constituées de PVC et de feuille d'aluminium. Les plaquettes sont emballées dans des boîtes en carton.
Nurofen 400 FastCaps sont conditionnés par 10, 12, 20, 24 et 30 capsules sous plaquette en PVC/PVC/Alu opaque. Les plaquettes sont emballées dans des boîtes en carton. Toutes les présentations peuvent ne pas être commercialisées.

**1.14. Précautions particulières d'élimination :** Voir divers paragraphes ci-dessus.

**1.15. Titulaire de l'autorisation de mise sur le marché**

**1.16. Numéro d'autorisation de mise sur le marché**

**1.17. Liste des médicaments :** Nurofen 200 comprimés enrobés : Cosmocalcium sodique, laurylsulfate de sodium, citrate de sodium, acide stéarique, silice colloïdale anhydre, carmellose sodique, talc, gomme arabique, saccharose, dioxyde de titane (E 171), Macrogol 6000 et encre pour impression.
**Nurofen 200 FastCaps capsules molles** : Nova liquide : macrogol 600, hydroxyde de potassium. Capsule : gélatine, sorbitol, eau purifiée, Ponceau 4R (E124) et encre pour impression.
**Nurofen 400 comprimés enrobés** : Cosmocalcium sodique, laurylsulfate de sodium, citrate de sodium, acide stéarique, silice colloïdale anhydre, carmellose sodique, talc, gomme arabique, saccharose, dioxyde de titane (E 171), Macrogol 600 et encre pour impression.
**Nurofen 400 FastCaps capsules molles** : Macrogol 600, hydroxyde de potassium, gélatine, sorbitol (E420), eau purifiée, Ponceau 4R (E124) et encre pour impression.

**1.18. Incompatibilités :** Sans objet.
**1.19. Durée de conservation :** Nurofen 200 comprimés enrobés et Nurofen 400 FastCaps : 3 ans.
Nurofen 200 FastCaps en Nurofen 400 mg comprimés enrobés : 2 ans

**1.20. Précautions particulières de conservation :** Nurofen 200 FastCaps : A conserver à une température ne dépassant pas 30°C.
Nurofen 400 mg comprimés enrobés et Nurofen 400 FastCaps : A conserver à une température ne dépassant pas 25°C.
**1.21. Numéro d'autorisation de mise sur le marché** : A. Cosmocalcium sodique, laurylsulfate de sodium, citrate de sodium, acide stéarique, silice colloïdale anhydre, carmellose sodique, talc, gomme arabique, saccharose, dioxyde de titane (E 171), Macrogol 6000 et encre pour impression.
**Nurofen 400 FastCaps capsules molles** : Macrogol 600, hydroxyde de potassium, gélatine, sorbitol (E420), eau purifiée, Ponceau 4R (E124) et encre pour impression.

**1.22. Nature et contenu de l'emballage extérieur :** Nurofen 200 comprimés enrobés sont conditionnés par 12, 24 et 48 sous plaquettes constituées de PVC et de feuille d'aluminium. Les plaquettes sont emballées dans des boîtes en carton.
Nurofen 200 FastCaps sont conditionnés par 2, 4, 6, 8, 10, 12, 20, 24, 30, 40, 50 et 60 capsules sous plaquettes en PVC/PVC/Alu blanc opaque. Les plaquettes sont emballées dans des boîtes en carton.
Nurofen 400 comprimés enrobés sont conditionnés par 12, 24 et 30 sous plaquettes constituées de PVC et de feuille d'aluminium. Les plaquettes sont emballées dans des boîtes en carton.
Nurofen 400 FastCaps sont conditionnés par 10, 12, 20, 24 et 30 capsules sous plaquette en PVC/PVC/Alu opaque. Les plaquettes sont emballées dans des boîtes en carton. Toutes les présentations peuvent ne pas être commercialisées.

**1.23. Précautions particulières d'élimination :** Voir divers paragraphes ci-dessus.

**1.24. Titulaire de l'autorisation de mise sur le marché**

**1.25. Numéro d'autorisation de mise sur le marché**

**1.26. Liste des médicaments :** Nurofen 200 comprimés enrobés : Cosmocalcium sodique, laurylsulfate de sodium, citrate de sodium, acide stéarique, silice colloïdale anhydre, carmellose sodique, talc, gomme arabique, saccharose, dioxyde de titane (E 171), Macrogol 6000 et encre pour impression.
**Nurofen 200 FastCaps capsules molles** : Nova liquide : macrogol 600, hydroxyde de potassium. Capsule : gélatine, sorbitol, eau purifiée, Ponceau 4R (E124) et encre pour impression.
**Nurofen 400 comprimés enrobés** : Cosmocalcium sodique, laurylsulfate de sodium, citrate de sodium, acide stéarique, silice colloïdale anhydre, carmellose sodique, talc, gomme arabique, saccharose, dioxyde de titane (E 171), Macrogol 600 et encre pour impression.
**Nurofen 400 FastCaps capsules molles** : Macrogol 600, hydroxyde de potassium, gélatine, sorbitol (E420), eau purifiée, Ponceau 4R (E124) et encre pour impression.

**1.27. Incompatibilités :** Sans objet.
**1.28. Durée de conservation :** Nurofen 200 comprimés enrobés et Nurofen 400 FastCaps : 3 ans.
Nurofen 200 FastCaps en Nurofen 400 mg comprimés enrobés : 2 ans

**1.29. Précautions particulières de conservation :** Nurofen 200 FastCaps : A conserver à une température ne dépassant pas 30°C.
Nurofen 400 mg comprimés enrobés et Nurofen 400 FastCaps : A conserver à une température ne dépassant pas 25°C.
**1.30. Numéro d'autorisation de mise sur le marché** : A. Cosmocalcium sodique, laurylsulfate de sodium, citrate de sodium, acide stéarique, silice colloïdale anhydre, carmellose sodique, talc, gomme arabique, saccharose, dioxyde de titane (E 171), Macrogol 6000 et encre pour impression.
**Nurofen 400 FastCaps capsules molles** : Macrogol 600, hydroxyde de potassium, gélatine, sorbitol (E420), eau purifiée, Ponceau 4R (E124) et encre pour impression.

**1.31. Nature et contenu de l'emballage extérieur :** Nurofen 200 comprimés enrobés sont conditionnés par 12, 24 et 48 sous plaquettes constituées de PVC et de feuille d'aluminium. Les plaquettes sont emballées dans des boîtes en carton.
Nurofen 200 FastCaps sont conditionnés par 2, 4, 6, 8, 10, 12, 20, 24, 30, 40, 50 et 60 capsules sous plaquettes en PVC/PVC/Alu blanc opaque. Les plaquettes sont emballées dans des boîtes en carton.
Nurofen 400 comprimés enrobés sont conditionnés par 12, 24 et 30 sous plaquettes constituées de PVC et de feuille d'aluminium. Les plaquettes sont emballées dans des boîtes en carton.
Nurofen 400 FastCaps sont conditionnés par 10, 12, 20, 24 et 30 capsules sous plaquette en PVC/PVC/Alu opaque. Les plaquettes sont emballées dans des boîtes en carton. Toutes les présentations peuvent ne pas être commercialisées.

**1.32. Précautions particulières d'élimination :** Voir divers paragraphes ci-dessus.

**1.33. Titulaire de l'autorisation de mise sur le marché**

**1.34. Numéro d'autorisation de mise sur le marché**

**1.35. Liste des médicaments :** Nurofen 200 comprimés enrobés : Cosmocalcium sodique, laurylsulfate de sodium, citrate de sodium, acide stéarique, silice colloïdale anhydre, carmellose sodique, talc, gomme arabique, saccharose, dioxyde de titane (E 171), Macrogol 6000 et encre pour impression.
**Nurofen 200 FastCaps capsules molles** : Nova liquide : macrogol 600, hydroxyde de potassium. Capsule : gélatine, sorbitol, eau purifiée, Ponceau 4R (E124) et encre pour impression.
**Nurofen 400 comprimés enrobés** : Cosmocalcium sodique, laurylsulfate de sodium, citrate de sodium, acide stéarique, silice colloïdale anhydre, carmellose sodique, talc, gomme arabique, saccharose, dioxyde de titane (E 171), Macrogol 600 et encre pour impression.
**Nurofen 400 FastCaps capsules molles** : Macrogol 600, hydroxyde de potassium, gélatine, sorbitol (E420), eau purifiée, Ponceau 4R (E124) et encre pour impression.

**1.36. Incompatibilités :** Sans objet.
**1.37. Durée de conservation :** Nurofen 200 comprimés enrobés et Nurofen 400 FastCaps : 3 ans.
Nurofen 200 FastCaps en Nurofen 400 mg comprimés enrobés : 2 ans

**1.38. Précautions particulières de conservation :** Nurofen 200 FastCaps : A conserver à une température ne dépassant pas 30°C.
Nurofen 400 mg comprimés enrobés et Nurofen 400 FastCaps : A conserver à une température ne dépassant pas 25°C.
**1.39. Numéro d'autorisation de mise sur le marché** : A. Cosmocalcium sodique, laurylsulfate de sodium, citrate de sodium, acide stéarique, silice colloïdale anhydre, carmellose sodique, talc, gomme arabique, saccharose, dioxyde de titane (E 171), Macrogol 6000 et encre pour impression.
**Nurofen 400 FastCaps capsules molles** : Macrogol 600, hydroxyde de potassium, gélatine, sorbitol (E420), eau purifiée, Ponceau 4R (E124) et encre pour impression.

**1.40. Nature et contenu de l'emballage extérieur :** Nurofen 200 comprimés enrobés sont conditionnés par 12, 24 et 48 sous plaquettes constituées de PVC et de feuille d'aluminium. Les plaquettes sont emballées dans des boîtes en carton.
Nurofen 200 FastCaps sont conditionnés par 2, 4, 6, 8, 10, 12, 20, 24, 30, 40, 50 et 60 capsules sous plaquettes en PVC/PVC/Alu blanc opaque. Les plaquettes sont emballées dans des boîtes en carton.
Nurofen 400 comprimés enrobés sont conditionnés par 12, 24 et 30 sous plaquettes constituées de PVC et de feuille d'aluminium. Les plaquettes sont emballées dans des boîtes en carton.
Nurofen 400 FastCaps sont conditionnés par 10, 12, 20, 24 et 30 capsules sous plaquette en PVC/PVC/Alu opaque. Les plaquettes sont emballées dans des boîtes en carton. Toutes les présentations peuvent ne pas être commercialisées.

**1.41. Précautions particulières d'élimination :** Voir divers paragraphes ci-dessus.

**1.42. Titulaire de l'autorisation de mise sur le marché**

**1.43. Numéro d'autorisation de mise sur le marché**

**1.44. Liste des médicaments :** Nurofen 200 comprimés enrobés : Cosmocalcium sodique, laurylsulfate de sodium, citrate de sodium, acide stéarique, silice colloïdale anhydre, carmellose sodique, talc, gomme arabique, saccharose, dioxyde de titane (E 171), Macrogol 6000 et encre pour impression.
**Nurofen 200 FastCaps capsules molles** : Nova liquide : macrogol 600, hydroxyde de potassium. Capsule : gélatine, sorbitol, eau purifiée, Ponceau 4R (E124) et encre pour impression.
**Nurofen 400 comprimés enrobés** : Cosmocalcium sodique, laurylsulfate de sodium, citrate de sodium, acide stéarique, silice colloïdale anhydre, carmellose sodique, talc, gomme arabique, saccharose, dioxyde de titane (E 171), Macrogol 600 et encre pour impression.
**Nurofen 400 FastCaps capsules molles** : Macrogol 600, hydroxyde de potassium, gélatine, sorbitol (E420), eau purifiée, Ponceau 4R (E124) et encre pour impression.

induire une hyperkaliémie (un contrôle du potassium sérique est recommandé).
Méthotrexate : certaines données probantes indiquent un risque d'augmentation des taux plasmatiques de méthotrexate. L'administration de Nurofen dans les 24 heures qui précèdent ou qui suivent l'administration d'une dose unique ou entérale de concentrations élevées de méthotrexate et une augmentation de son effet toxique.
Zidovudine : certaines données probantes indiquent un risque accru d'hépatotoxicité et d'hémorragie chez les patients HIV (+) atteints d'hépatophélie en cas de traitement concomitant par zidovudine et ibuprofène.
Sulfamides/hypoglycémiants : les études cliniques ont révélé l'existence d'interactions entre les anti-inflammatoires non stéroïdiens et les antidiabétiques (sulfamides hypoglycémiants). Même si aucune interaction n'a été décrite à ce jour entre l'ibuprofène et les sulfamides hypoglycémiants, il est recommandé de surveiller la glycémie en guise de précaution pendant toute prise concomitante.
Tacrolimus : risque d'éventuellement accru de néphrotoxicité lors de l'association d'AINS et de tacrolimus.
Antibiotiques de la famille des quinolones : les données issues des études effectuées chez l'animal indiquent que les AINS peuvent augmenter le risque de convulsions associé aux antibiotiques de la famille des quinolones. Les patients prenant des AINS et des quinolones peuvent présenter un risque accru de convulsions.
Inhibiteurs du CYP2C9 : l'administration concomitante d'ibuprofène et d'inhibiteurs du CYP2C9 peut augmenter l'exposition à l'ibuprofène (substrat du CYP2C9). Au cours d'une étude réalisée avec le voriconazole et le fluoxazone (inhibiteurs du CYP2C9), une augmentation de l'exposition à l'ibuprofène (54) et d'environ 80 à 100 % a été observée. Une réduction de la dose d'ibuprofène doit être envisagée en cas d'administration concomitante de puissants inhibiteurs du CYP2C9, en particulier lors d'administration de doses élevées d'ibuprofène avec du voriconazole ou du fluoxazone.

**4.6. Fertilité, grossesse et allaitement :** Grossesse : l'inhibition de la synthèse des prostaglandines peut exercer un effet défavorable sur la grossesse et/ou le développement de l'embryon/du fœtus. Les données issues des études épidémiologiques suggèrent l'existence d'un risque accru d'avortement spontané, de malformations cardiaques et de gastrochisis après l'utilisation d'un inhibiteur de la synthèse des prostaglandines au début de la grossesse. Le risque absolu de malformations cardiovasculaires augmenté au moins de 1,4 environ 1,5. On ne pense que le risque augmenté induit avec la dose et la durée du traitement.
Chez l'animal, l'administration d'un inhibiteur de la synthèse des prostaglandines induit une augmentation des pertes pré- et post-implantation et de la létalité embryonnaire et fœtale. De plus, une incidence accrue de malformations diverses, incluant des malformations cardiovasculaires, a été signalée chez des animaux ayant reçu un inhibiteur de la synthèse des prostaglandines pendant la phase d'organogenèse. Les études effectuées chez l'animal ont mis en évidence une toxicité sur la reproduction (voir rubrique 5.3).
Ibuprofène ne doit pas être administré pendant le premier et le deuxième trimestre de la grossesse, à moins d'être absolument nécessaire. Si l'ibuprofène est utilisé par une femme qui tente de concevoir ou pendant les deux premiers trimestres de sa grossesse, la dose devra être la plus faible possible et la durée du traitement la plus courte possible.
Pendant le troisième trimestre de la grossesse, tous les inhibiteurs de la synthèse des prostaglandines peuvent exposer le fœtus à : une toxicité cardiovasculaire (avec fermeture prématurée du canal artériel et hypertension pulmonaire), un dysfonctionnement rénal, pouvant évoluer en insuffisance rénale avec oligoanurie, la mère et le nouveau-né en fin de grossesse à un allongement éventuel du temps de saignement, un effet antiagrégant pouvant survenir même à de très faibles doses, une inhibition des contractiles utérines, entraînant un retard ou un allongement du travail.
Par conséquent, l'ibuprofène est formellement indiqué au cours du troisième trimestre de la grossesse.
Allaitement : l'ibuprofène et ses métabolites peuvent passer à de très faibles concentrations, dans le lait maternel.
Aucun effet délétère pour le nourrisson n'est connu à ce jour. Par conséquent, le traitement à court terme utilisant la dose recommandée contre la douleur et la fièvre ne nécessite généralement pas l'interruption de l'allaitement.
**Fertilité** : Certains éléments semblent indiquer que les médicaments qui inhibent la cyclo-oxygénase / la synthèse des prostaglandines peuvent induire une altération de la fertilité féminine par un effet sur l'ovulation. Ce phénomène est réversible dès l'arrêt du traitement.

**4.7. Effets sur l'aptitude à conduire des véhicules et à utiliser des machines** : L'ibuprofène n'a eu aucun effet sur l'aptitude à conduire des véhicules et à utiliser des machines.

**4.8. Effets indésirables** : La liste des effets indésirables suivants comprend tous les effets indésirables observés sous traitement par l'ibuprofène, même ceux survenus lors d'un traitement prolongé à doses élevées chez les patients atteints de rhumatisme. Les fréquences indiquées, allant au-delà de ce qui est attendu, sont basées sur les données de deux doses quotidiennes ne dépassant pas 1200 mg d'ibuprofène pour les formes orales et 1800 mg pour les suppositoires. Concernant les effets indésirables suivants, tenir compte du fait qu'ils s'observent plus fréquemment à la dose et qu'ils varient d'un individu à l'autre. Les effets indésirables associés à l'ibuprofène sont énumérés ci-dessous, par classe de systèmes d'organes et par fréquence. Les fréquences sont définies comme suit : très fréquent (≥ 1/10), fréquent (≥ 1/100 à < 1/10), peu fréquent (≥ 1/1 000 à < 1/100), rare (≥ 1/10 000 à < 1/1 000) et très rare (< 1/10 000) et fréquence indéterminée (ne peut être estimée sur la base de données disponibles). Au sein de chaque groupe de fréquence, les effets indésirables sont présentés par ordre décroissant de gravité. Les effets indésirables les plus fréquents sont de nature gastro-intestinale. Les effets indésirables sont principalement dose-dépendants, en particulier le risque de survenue d'hémorragie gastro-intestinale, qui est plus fréquent de la durée du traitement. Des ulcères gastroduodénaux, des perforations ou des hémorragies GI, parfois d'origine fatale, peuvent survenir, en particulier chez les patients âgés (voir rubrique 4.4). Nausées, vomissements, diarrhées, flatulences, constipation, dyspepsie, douleurs abdominales, mélénies, hématoémies, stomatite ulcéreuse, excoriation de la gorge et malades de Crohn (voir rubrique 4.4) ont été signalés après l'utilisation de Nurofen. Des cas moins fréquents de gastrite ont été observés. Un œdème, une hypertension et une insuffisance cardiaque ont été signalés en association avec un traitement par AINS.

**4.9. Effets indésirables** : La liste des effets indésirables suivants comprend tous les effets indésirables observés sous traitement par l'ibuprofène, même ceux survenus lors d'un traitement prolongé à doses élevées chez les patients atteints de rhumatisme. Les fréquences indiquées, allant au-delà de ce qui est attendu, sont basées sur les données de deux doses quotidiennes ne dépassant pas 1200 mg d'ibuprofène pour les formes orales et 1800 mg pour les suppositoires. Concernant les effets indésirables suivants, tenir compte du fait qu'ils s'observent plus fréquemment à la dose et qu'ils varient d'un individu à l'autre. Les effets indésirables associés à l'ibuprofène sont énumérés ci-dessous, par classe de systèmes d'organes et par fréquence. Les fréquences sont définies comme suit : très fréquent (≥ 1/10), fréquent (≥ 1/100 à < 1/10), peu fréquent (≥ 1/1 000 à < 1/100), rare (≥ 1/10 000 à < 1/1 000) et très rare (< 1/10 000) et fréquence indéterminée (ne peut être estimée sur la base de données disponibles). Au sein de chaque groupe de fréquence, les effets indésirables sont présentés par ordre décroissant de gravité. Les effets indésirables les plus fréquents sont de nature gastro-intestinale. Les effets indésirables sont principalement dose-dépendants, en particulier le risque de survenue d'hémorragie gastro-intestinale, qui est plus fréquent de la durée du traitement. Des ulcères gastroduodénaux, des perforations ou des hémorragies GI, parfois d'origine fatale, peuvent survenir, en particulier chez les patients âgés (voir rubrique 4.4). Nausées, vomissements, diarrhées, flatulences, constipation, dyspepsie, douleurs abdominales, mélénies, hématoémies, stomatite ulcéreuse, excoriation de la gorge et malades de Crohn (voir rubrique 4.4) ont été signalés après l'utilisation de Nurofen. Des cas moins fréquents de gastrite ont été observés. Un œdème, une hypertension et une insuffisance cardiaque ont été signalés en association avec un traitement par AINS.

<b>Classes de systèmes d'organes</b>	<b>Fréquence</b>	<b>Effet indésirable</b>
<b>Infections et infestations</b>	Très rare	Exacerbation d'inflammations liées à une infection (p. ex. développement d'une fasciite necrotique), dans des cas de co-infection avec des infections cutanées sévères et des infections respiratoires aiguës. Les infections peuvent survenir pendant une infection virale.
<b>Affections hématologiques et du système lymphatique</b>	Très rare	Troubles hématopathologiques (anémie, leucopénie, thrombocytopénie, neutropénie, éosinophilie, leucocytose). Les premiers signes <span> </span> : fièvre, anémie, hémorragies, infections dans la bouche, symptômes pseudo-grippaux, grave dyspnée, diarrhée et formation dicrythomyes. Dans ce cas, conseiller au patient d'arrêter ce médicament, d'inviter le médecin traitant et de consulter un spécialiste en hématologie et/ou des infections.
<b>Affections psychiatriques</b>	Très rare	Reactions psychotiques, dépression.
<b>Affections du système immunitaire</b>	Très rare	Reactions d'hypersensibilité se manifestant par l'urticaire et prurit.
<b>Affections du système nerveux</b>	Fréquence indéterminée	Reactions d'hypersensibilité sévère. Les symptômes peuvent être <span> </span> : œdème du visage, de la langue et du larynx, dyspnée, tachycardie, hypotension, hypotension orthostatique, angioœdème ou choc sévère, exacerbation de l'asthme.
<b>Affections du système nerveux</b>	Fréquence indéterminée	Reactivation des voies respiratoires se traduisant par de l'asthme, un bronchospasme ou une dyspnée.
<b>Affections oculaires</b>	Très rare	Troubles du système nerveux central tels que céphalées, agitation, instabilité ou fatigue.
<b>Affections de l'oreille et du labyrinthe</b>	Très rare	Méningite aseptique <sup>1)</sup> .
<b>Affections cardiaques</b>	Très rare	Troubles visuels.
<b>Affections vasculaires</b>	Très rare	Insuffisance cardiaque, palpitations et œdème, infarctus du myocarde.

# 10 La pancréatite chronique en points clés

Le pancréas est un organe complexe de l'appareil digestif intervenant dans de nombreuses réactions physiologiques. Il peut être le siège d'une inflammation brutale et soudaine, la pancréatite aiguë, ou d'une inflammation récidivante, la pancréatite chronique.



**1** La pancréatite aiguë (PA) est une affection parfois grave dont la prise en charge est multidisciplinaire. Le symptôme essentiel est une douleur intense d'apparition brutale qui est souvent associée à des vomissements et de la fièvre. Le patient adopte une position antalgique en « chien de fusil ».

Dans les cas les plus sérieux, un état de choc peut s'installer. Ainsi, 30% des patients doivent être hospitalisés en réanimation. Les deux principales causes sont l'intoxication alcoolique et la lithiase biliaire, représentant respectivement 36 et 3% des PA.

Les autres causes sont médicamenteuses, iatrogènes, infectieuses, métaboliques, associées aux maladies inflammatoires digestives ou dysimmunitaires, tumorales ou génétiques.

Les complications d'une pancréatite aiguë sont diverses. En effet, elles incluent des atteintes respiratoires, une insuffisance rénale aiguë, des ulcères voir des perforations digestives...

Plus tardivement, les séquelles sont des kystes pancréatiques ou une insuffisance pancréatique exocrine (responsable de diarrhées) ou endocrine (entraînant un diabète). La pancréatite aiguë peut aussi évoluer vers une pancréatite chronique.

La pancréatite chronique est une inflammation chronique du pancréas qui entraîne des lésions permanentes structurelles associées à une sclérose et des sténoses canalaire, suivie d'une atteinte des fonctions exocrine et endocrine (insuffisance pancréatique). La pancréatite chronique (PC) est la principale cause d'insuffisance pancréatique. Celle-ci est définie comme un déficit de production d'enzymes pancréatiques aboutissant

à une maldigestion des aliments qui se traduit en clinique par l'existence d'une stéatorrhée pour l'insuffisance pancréatique (IP) exocrine ; l'IP endocrine se traduisant par un diabète.

**3** L'incidence de la maladie, dont la prédominance est nettement masculine, est évaluée entre 4 à 32/100.000, la prévalence s'élevant entre 26 et 99 pour 100.000.

**4** Le diagnostic d'une pancréatite chronique repose sur la présence des symptômes et la récurrence des crises, éventuellement associé à un contexte évocateur (alcoolisme, antécédents familiaux...).

## Différents examens seront réalisés :

- Une prise de sang avec, notamment, le dosage de la lipase et de l'amylase (deux enzymes pancréatiques).
- Une échographie abdominale, dont le but est de visualiser des calculs biliaires.
- Une tomographie (ou scanner) qui permet la visualisation du pancréas (et notamment son degré de nécrose) et de l'atteinte éventuelle des structures avoisinantes. Elle n'est pas systématique.
- Des prélèvements (à travers la peau) des liquides autour du pancréas peuvent être réalisés pour rechercher une infection.



La principale cause de PC est l'alcoolisme chronique (80%). Le rôle du tabac et celui de facteurs métaboliques, génétiques interviennent dans la genèse de la PC. Environ 5% des patients alcooliques développeront une PC.

## CONCERNANT LES CAUSES NON ALCOOLIQUES DE PC, ON DOIT ÉVOQUER :

- **avant l'âge de 35 ans**, une cause héréditaire ;
- **après l'âge de 55 ans**, en l'absence de cause évidente, il s'agit parfois d'une cause tumorale ;
- **à tous les âges**, il peut y avoir une maladie auto-immune.

**6** Au stade initial, la maladie est caractérisée par des poussées de pancréatite aiguë et par des douleurs récidivantes et chroniques qui représentent la principale traduction clinique de la maladie. L'IP exocrine survient presque inéluctablement après en moyenne dix ans d'évolution.

## Le saviez-vous ?

Le diabète est une complication majeure, tardive mais quasi inéluctable de la PC.

L'IPE (insuffisance pancréatique exocrine) provoque une stéatorrhée et un amaigrissement modéré. Elle ne survient que dans les formes évoluées. La stéatorrhée se traduit par des selles claires, mastic, très nauséabondes, flottantes et tachant le papier hygiénique comme un corps gras. Les personnes souffrant de stéatorrhée connaissent parfois une incontinence fécale ou des fuites huileuses. Il peut aussi y avoir présence de gaz intestinaux et de ballonnements, occasionnés par la fermentation des aliments non digérés dans le côlon.

L'IPE peut aussi occasionner une perte de poids puisque les patients n'absorbent pas une quantité adéquate de calories des aliments qu'ils ingèrent.







NOS SOLUTIONS POUR AFFRONTER

**L'HIVER**

tout naturellement !

**Eucalyplus®**  
FORTESPRAY POUR DÉGAGER  
RAPIDEMENT LE NEZ

FRAÎCHEUR EUCALYPTUS + MENTHE

Sans accoutumance

Dispositif médical CE

**Plantil®**CALME LES VOIES  
RESPIRATOIRES<sup>1</sup>

PLANTAIN &amp; RÉGLISSE

Sans sucre • Sans arômes ajoutés

Complément alimentaire

**Thymotil®**SOLUTION BUVALE  
POUR LA GORGE<sup>2</sup>

THYM

Sans sucre • Sans conservateurs

Complément alimentaire

**Plantivox®**GOMMES  
POUR LA VOIX<sup>3</sup>

PLANTAIN &amp; ÉRYSIMUM

Sans sucre

Complément alimentaire

LABORATOIRE  
PHARMACEUTIQUE  
BELGE

<sup>1</sup>Le plantain et la réglisse adoucissent les voies respiratoires. • <sup>2</sup>Le thym apaise la gorge. • <sup>3</sup>L'érysimum et le plantain adoucissent la voix en cas d'enrouements de courte durée ou de fatigue des cordes vocales. • <sup>4</sup>Le plantain apaise la gorge.

**Plantigom®**APAISE LA  
**GORGE<sup>4</sup>**

Nouvelle formule

Gommes au  
**PLANTAIN**  
2 x plus concentréGOÛT  
FRUITS  
ROUGESSANS SUCRE  
SANS MENTHOL

Complément alimentaire

## Recommandations récentes dans le traitement des hémorroïdes

Les hémorroïdes font partie des pathologies ano-rectales bénignes les plus courantes. Elles peuvent causer des crises allant d'un simple inconfort à une gêne très douloureuse. Après avoir écarté un risque de complications et mesurer le caractère bénin et passager des symptômes, l'équipe officinale doit expliquer les causes et les symptômes de la maladie.

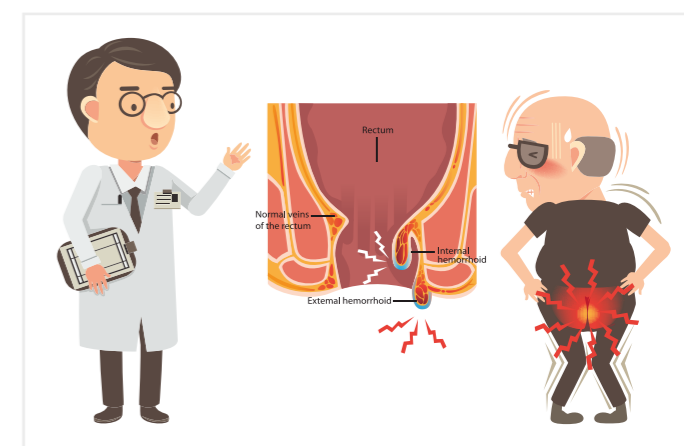
### De quoi parlons-nous ?

Les hémorroïdes sont des formations vasculaires normalement présentes au niveau du canal anal.

On distingue :

- ➔ Les **hémorroïdes externes**, situées en dehors du sphincter, sous la peau de l'anus qui sont très sensibles à la douleur.
- ➔ Les **hémorroïdes internes**, comprimées par le sphincter anal, elles ne sont généralement pas douloureuses même lorsqu'elles sont dilatées, mais elles sont sensibles à la pression des gaz et des selles.

La crise hémorroïdaire correspond à une dilatation exagérée et une inflammation des vaisseaux du plexus hémorroïdaire.



### Quels sont les symptômes ?

#### Hémorroïdes externes

- ➔ Les symptômes sont principalement la thrombose, qui se caractérise par une tuméfaction bleutée, unique ou multiple, plus ou moins œdématisée. Le plus souvent, cette symptomatologie disparaît spontanément en quelques jours.

#### Hémorroïdes internes

➔ Les symptômes sont :

- le **saignement** : symptôme le plus fréquent de la maladie hémorroïdaire et source d'inquiétude du cancer colorectal, il est la conséquence de l'érosion des paquets hémorroïdaire internes. Il est constitué de sang rouge, survenant en fin de défécation. Plus rarement, ce saignement peut être responsable d'une anémie ferriprive. Il convient de réaliser une coloscopie systématique dès lors que le saignement survient après l'âge de 45 ans et que cet examen n'a pas été réalisé dans les cinq années précédentes ;
- le **prolapsus hémorroïdaire**, conséquence d'une élongation des tissus de soutien des hémorroïdes internes, est classé en quatre stades allant des hémorroïdes congestives (stade 1) au prolapsus hémorroïdaire permanent non réductible (stade 4) ;
- la **thrombose hémorroïdaire** ;
- le **prurit anal**.

La douleur n'est pas toujours présente et n'est pas toujours en rapport avec l'importance anatomique de la manifestation : des hémorroïdes volumineuses peuvent rester indolores alors que de petites dilatations peuvent être très douloureuses.



### Quels sont les facteurs de risque ?

Certains facteurs peuvent favoriser ou aggraver les symptômes.

- ➔ Certaines périodes de vie chez les femmes : grossesse, accouchement, post-partum et période prémenstruelle.
- ➔ La constipation.
- ➔ Un épisode de diarrhée par phénomène irritatif.
- ➔ La sédentarité.
- ➔ Le surpoids et l'obésité.
- ➔ La consommation d'alcool et de plats épicés.
- ➔ La pratique de certains sports et de certaines activités (vélo, équitation...).

### Quels conseils ?

La principale règle hygiéno-diététique est le régime enrichi en fibres, l'objectif étant de régulariser le transit. Si ce n'est pas suffisant, des laxatifs osmotiques et/ou des mucilages peuvent être prescrits, surtout en cas de crise aiguë (thrombose, saignement), voire parfois en chronique lors d'une constipation résistante aux mesures hygiéno-diététiques.

Il est déconseillé d'utiliser les exonérants ou laxatifs locaux en cas de manifestations hémorroïdaires aiguës.

L'amélioration des troubles du transit a un impact sur l'ensemble des symptômes hémorroïdaires de type douleur, prolapsus et saignement.

En poussée, il faut éviter de consommer des aliments irritants pour la muqueuse digestive comme les viandes, les plats épicés, les boissons alcoolisées ou excitantes (café, thé, colas), les boissons gazeuses.

Il ne faut par ailleurs pas retarder la défécation lorsque la sensation arrive et ne pas rester longtemps sur le pot. Lorsque c'est possible et en cas de difficultés de poussée, le patient peut s'asseoir après avoir surélevé les jambes de 30 cm environ pour obtenir une position proche de la position accroupie.

Les exercices physiques réguliers activent la circulation et la digestion et préviennent ainsi la formation d'hémorroïdes.

Une diarrhée doit être traitée également, spécifiquement en cas de diarrhée organique, avec des ralentisseurs du transit ou des pansements digestifs en cas de diarrhée fonctionnelle.

### Quel traitement médical ?

Les traitements disponibles sont médicaux, chirurgicaux ou instrumentaux ; ils peuvent être combinés.

Le traitement médical ou instrumental suffit dans 90% des cas de situation courante, ils devront toujours être associés aux règles hygiéno-diététiques.

**Le traitement médicamenteux**, oral et local, peut permettre de résoudre les crises hémorroïdaires épisodiques mais il ne prévient pas les récurrences. Si les épisodes se répètent fréquemment, le pharmacien doit informer le patient de l'intérêt de méthodes instrumentales ou chirurgicales.

**Les traitements locaux** (suppositoires, crèmes, pommades) doivent contenir un excipient lubrifiant et/ou protecteur (utile dans les rectorragies ou les thromboses), associé ou non à un anesthésique local (utile en cas de douleur et/ou d'inflammation, dans la thrombose hémorroïdaire par exemple) et/ou à des corticoïdes (utiles en cas de douleur et/ou d'inflammation, mais également pour atténuer les phénomènes inflammatoires locaux).

**Les phlébotoniques** sont une classe hétérogène de médicaments utilisés pour traiter les maladies hémorroïdaires aux stades les moins sévères (1<sup>er</sup> et 2<sup>e</sup> degré). Ils sont associés au renforcement de la paroi des vaisseaux sanguins, à l'augmentation de la tonicité veineuse et du drainage lymphatique et à la normalisation de la perméabilité capillaire. Ils ont fait l'objet d'une revue Cochrane de 24 études portant essentiellement sur la diosmine qui a montré qu'ils peuvent avoir un effet sur le saignement.

#### SELON CETTE REVUE, ILS RÉDUISENT :

le prurit de  
**77%**

le saignement de  
**88%**

les saignements  
post-hémorroï-  
dectomie de  
**82%**

les suintements de  
**88%**

Ils améliorent par un facteur 15 l'ensemble des symptômes.

La prise de phlébotoniques est recommandée en cas de maladie hémorroïdaire durant une courte période.

Les AINS sont efficaces sur la douleur de la thrombose hémorroïdaire. L'échec du traitement médical conduit aux traitements instrumentaux et/ou chirurgicaux. Concernant les traitements instrumentaux, leur objectif est le contrôle de deux symptômes : les saignements et le prolapsus. Les principales techniques sont : les injections sclérosantes, la photocoagulation infrarouge, la ligature élastique (pouvant s'associer à la cryothérapie).

**Une colonoscopie totale** doit être envisagée (si elle n'a pas été réalisée récemment) afin d'éliminer une source proximale de saignement. Elle est strictement indiquée après l'âge de 45 ans ou en cas de facteurs de risque de cancer colorectal, en cas d'anémie, de perte de poids, de modification des habitudes défécatoires ou en l'absence de réponse au traitement initial. Une maladie inflammatoire de l'intestin devrait également être exclue.

Virginie Villers

# daflon<sup>®</sup> 500 MICRONISÉ

## Soulage les symptômes des hémorroïdes !



**DENOMINATION DU MEDICAMENT** Daflon 500 mg, comprimé pelliculé. **COMPOSITION QUALITATIVE ET QUANTITATIVE** Fraction flavonoïque purifiée, micronisée (500 mg) comprenant 450 mg de diosmine et 50 mg de flavonoïdes exprimés en hespéridine. Pour la liste complète des excipients, voir le résumé des caractéristiques du produit. **FORME PHARMACEUTIQUE** Comprimés pelliculés ovales, de couleur saumon. **INDICATIONS THERAPEUTIQUES** - Traitement des manifestations de l'insuffisance veineuse chronique des membres inférieurs, fonctionnelle ou organique : sensation de pesanteur, douleur, crampes nocturnes, œdème, troubles trophiques. - Traitement de la crise aiguë de la maladie hémorroïdaire, et proposé dans le traitement de fond des manifestations fonctionnelles et objectives de la maladie hémorroïdaire. **POSOLOGIE ET MODE D'ADMINISTRATION** **Posologie** : Maladie veineuse Posologie usuelle : 2 comprimés par jour en une prise ou deux prises séparées, au moment des repas. - Maladie hémorroïdaire **Crise aiguë** : 6 comprimés par jour pendant les quatre premiers jours, puis 4 comprimés par jour pendant trois jours. **Traitement de fond** : 2 comprimés par jour. **Mode d'administration** Voie orale. **CONTRE-INDICATIONS** Hypersensibilité à la substance active ou à l'un des excipients du produit. **MISES EN GARDE ET PRECAUTIONS D'EMPLOI**\*\* L'administration de ce produit en traitement symptomatique de la crise hémorroïdaire ne dispense pas du traitement spécifique des autres maladies anales. Si les symptômes ne cèdent pas rapidement, un examen proctologique doit être pratiqué et le traitement doit être revu. Daflon 500 mg contient moins de 1 mmol (23 mg) de sodium par comprimé, c'est-à-dire qu'il est essentiellement « sans sodium ». **INTERACTION(S)\*\*** aucune interaction n'a été rapportée jusqu'à ce jour. **GROSSESSE / ALLAITEMENT\*\*** Par mesure de précaution, il est préférable d'éviter l'utilisation de Daflon 500 mg pendant la grossesse. On ne sait pas si la substance active / métabolites sont excrétés dans le lait maternel. Un risque pour les nouveaux-nés/nourrissons ne peut être exclu. Une décision doit être prise soit d'interrompre l'allaitement soit d'interrompre/de s'abstenir du traitement avec Daflon 500 mg en prenant en compte le bénéfice de l'allaitement pour l'enfant au regard du bénéfice du traitement pour la femme. **FECONDITE\*\* EFFETS SUR L'APTITUDE A CONDUIRE DES VEHICULES ET A UTILISER DES MACHINES\*\* EFFETS INDESIRABLES** : Résumé du profil de sécurité : Les effets indésirables rapportés avec Daflon durant les essais cliniques sont d'intensité modérée. Il s'agit principalement de troubles gastro-intestinaux (diarrhée, dyspepsie, nausée, vomissement). Les effets ou événements indésirables suivants ont été rapportés et sont classés en fonction de la fréquence suivante : très fréquent (≥1/10); fréquent (≥1/100 à <1/10); peu fréquent (≥1/1.000 à <1/100); rare (≥1/10.000 à <1/100.000); très rare (<1/10.000); fréquence indéterminée (ne peut être estimée sur la base des données disponibles); Affections du système nerveux : rare : vertiges, céphalées, malaise. Affections gastro-intestinales : fréquent : diarrhée, dyspepsie, nausée, vomissement – peu fréquent : colite. – Fréquence indéterminée : douleur abdominale. Affections de la peau et du tissu sous-cutané : rare : prurit, rash, urticaire – fréquence indéterminée : œdème isolé du visage, des lèvres, des paupières. Exceptionnellement œdème de Quincke. \*Expérience rapportée après la commercialisation. Déclaration des effets indésirables suspectés : La déclaration des effets indésirables suspectés après autorisation du médicament est importante. Elle permet une surveillance continue du rapport bénéfice/risque du médicament. Les professionnels de santé déclarent tout effet indésirable suspecté via le système national de déclaration : Belgique : Agence fédérale des médicaments et des produits de santé - Division Vigilance - Boîte Postale 97 - B-1000 Bruxelles Madou - Site internet : www.notificationefetindesirable.be e-mail : adr@afmps.be Luxembourg : Centre Régional de Pharmacovigilance de Nancy Bâtiment de Biologie et de Biopathologie (BBB) CHRU de Nancy – Hôpitaux de Brabois Rue du Morvan 54 511 VANDOEUVRE LES NANCY CEDEX Tél : (+33) 3 83 65 60 85 / 87 e-mail : crpv@chru-nancy.fr ou Direction de la Santé Division de la Pharmacie et des Médicaments 20, rue de Bitbourg L-1273 Luxembourg-Hamm Tél : (+352) 2478 5592 E-mail : pharmacovigilance@ms.etat.lu Lien pour le formulaire : https://guichet.public.lu/fr/entreprises/sectoriel/sante/medecins/notification-effets-indesirables-medicaments.html. **SURDOSAGE\*\*** L'expérience de surdosage avec Daflon est limitée. Les effets indésirables les plus fréquents rapportés en cas de surdosage sont des troubles gastro-intestinaux (tels que : diarrhée, nausée, douleur abdominale) et des réactions cutanées (prurit, rash). Le traitement d'un surdosage doit consister en un traitement symptomatique. **PROPRIETES PHARMACODYNAMIQUES\*\*** Veinotonique et vasculoprotecteur. Daflon 500 mg exerce une action sur le système vasculaire de retour : au niveau des veines, il diminue la distensibilité veineuse et réduit la stase veineuse ; au niveau de la microcirculation, il normalise la perméabilité capillaire et renforce la résistance capillaire ; au niveau lymphatique, il augmente le débit lymphatique. **PRESENTATION\*\*** Boîte de 30, 36, 60, 90, 120 et multipack de 180 (2 boîtes de 90) comprimés pelliculés. **TITULAIRE DE L'AUTORISATION DE MISE SUR LE MARCHE** SERVIER BENELUX S.A., Boulevard International, 57, 1070 Bruxelles, Belgique. **NUMERO D'AUTORISATION DE MISE SUR LE MARCHE** Belgique : BE145153 ; G.H. Luxembourg : 2008079860. **MODE DE DELIVRANCE** Libre. **DATE DE MISE A JOUR DU TEXTE** date de l'approbation : 02/2021 \*\*pour une information complète, se référer au RCP. BF DN NA 02 21 - Date d'approbation du RCP abrégé : 08/09/2021.

	Prix public (= à charge du patient)	
	BE	LUX
180 comprimés	€ 48,87	€ 47,48
120 comprimés	€ 35,98	€ 34,96
90 comprimés	€ 30,72	€ 29,85
60 comprimés	€ 22,75	€ 22,11
30 comprimés	€ 14,23	€ 13,83

**SERVIER**  
moved by you





Vous souffrez parfois de douleurs abdominales, crampes, ballonnements ou flatulences ?

Continuez à profiter d'une alimentation saine grâce à la thérapie enzymatique.



intolérance au lactose

**LACTOSE-OK®**

Soutient la digestion du lactose ou du sucre de lait présent dans le lait et les produits laitiers, grâce à la lactase exogène (β-D-galactosidase).

intolérance aux hydrates de carbone complexes

**PREFLATINE-OK®**

Contient de l'alpha-galactosidase, pour faciliter la digestion difficile de céréales, légumes, légumineuses, fruits et sucres complexes.

troubles digestifs

**DIGEST-OK®**

Aide à digérer le lactose, les hydrates de carbone complexes, les lipides et protéines grâce à la présence de diverses enzymes digestives.

sensibilité au gluten

**GLUTEOSTOP®**

A base d'une enzyme digestive unique, la prolyl-oligopeptidase, qui soutient la décomposition du gluten.

# QUAND LES TROUBLES DIGESTIFS s'invitent au comptoir

QU'IMPORTE L'HEURE, LE JOUR OU LA SAISON, LES PLAINTES DE TROUBLES DIGESTIFS SONT TOUJOURS AU RENDEZ-VOUS. REVUE ET CONSEILS DE QUELQUES CAS DE COMPTOIR ASSEZ FRÉQUENTS.



DOSSIER RÉALISÉ PAR NATHALIE EVFARD ET ANN DAELEMANS, PHARMACIENNES.



REVOGAN

Disponible en pharmacie et parapharmacie. Plus d'infos sur [www.revogan.be](http://www.revogan.be)





« JE SUIS VRAIMENT STRESSÉE, J'AI MAL À L'ESTOMAC, TOUT ME BRÛLE »

Habituellement, les brûlures d'estomac se traitent aisément à l'officine en associant des règles de diététique et certains médicaments qui luttent contre l'acidité.

Attention cependant à ne pas sous-estimer les signes cliniques associés et donc à ne pas passer à côté de pathologies lourdes comme un RGO pouvant conduire à une œsophagite, une douleur d'origine ulcéreuse ou une tumeur !

### Quand faut-il consulter ?

En présence de l'un des symptômes suivants, une consultation médicale s'impose :

- brûlure chronique ou récidivante à l'arrêt des médicaments (ulcère) ;
- sensation de gêne ou d'obstacle à la déglutition des aliments, toux, asthme, maux de gorge, dyspnée inspiratoire, dysphonie (RGO) ;
- perte de poids, perte d'appétit (cancer de l'estomac) ;
- régurgitation de sang ou hématemèse (ulcère, cancer de l'estomac) ;
- douleurs abdominales et diarrhée (maladie de Crohn) ;
- ictère, fièvre (cirrhose).

### Quel traitement à l'officine ?

Trois groupes de médicaments peuvent être proposés :

**1. Les antiacides** (sels d'aluminium, de magnésium ou de calcium) atténuent localement l'acidité de l'estomac par effet tampon et par neutralisation de l'acide chlorhydrique. Ils présentent l'avantage d'agir rapidement et peuvent donc être consommés au moment des douleurs ou juste avant le coucher, mais ils n'agissent que pendant un temps limité. Les précautions particulières à respecter sont le délai de deux heures au moins entre la prise d'un antiacide et celle d'un autre médicament. **Les alginate**s forment un gel visqueux surnageant à la surface du contenu gastrique. Cette barrière mécanique empêche le reflux. Ils se prennent après les repas et agissent presque immédiatement. Comme les antiacides, ils peuvent interagir avec d'autres médicaments, ce qui contraint donc à respecter un intervalle de deux heures au moins entre leur prise et celle des autres médicaments.

#### Conseil comptoir

Les antiacides et les alginate ne seront conseillés que lors de douleurs légères à modérées, en rappelant que la durée d'action de ce type de médicament ne dépasse pas 90 minutes.



**2. Les anti-H2** inhibent la sécrétion acide en se fixant de façon compétitive sur les récepteurs de la cellule pariétale gastrique. Agissant rapidement, ils se prennent au moment de la crise, avant un repas ou au coucher. Ils sont bien tolérés mais attention aux interactions médicamenteuses et au phénomène de tolérance pharmacodynamique.

#### Conseil comptoir

Les anti-H2 agissent rapidement (une demi-heure), leur durée d'action est de 10 à 12 heures. Ils seront donc conseillés le soir pour éviter les douleurs nocturnes.

**3. Les inhibiteurs de la pompe à protons (IPP)** agissent en inhibant la pompe H<sup>+</sup>/K<sup>+</sup>ATPase. Contrairement aux traitements précédents, il ne représente pas un traitement à prendre à la demande au moment d'une crise. Son délai d'action peut aller jusqu'à 24 heures ou plus. Il convient de respecter le même horaire de prise pendant quelques jours. Il peut être associé à un antiacide ou à un alginate si nécessaire, en attendant qu'il produise son effet.

#### Conseil comptoir

Les IPP constituent une classe thérapeutique de référence dans le domaine du RGO fréquent. Un traitement par IPP sera stoppé si aucune amélioration n'est constatée après deux semaines de traitement et ne pourra être poursuivi plus de 4 semaines sans avis médical.

NOUVEAU

# BRÛLURES D'ESTOMAC SOULAGEMENT RAPIDE PROTECTION NATURELLE

- **Neutralise** rapidement l'excès d'acide gastrique
- **Apaise et protège** l'œsophage grâce à l'extrait naturel de figuier de Barbarie





« TOUT ME SEMBLE DIFFICILE À DIGÉRER,  
VOUS POUVEZ ME CONSEILLER QUELQUE CHOSE ? »



Les troubles dyspeptiques regroupent les troubles fonctionnels de l'appareil digestif haut, notamment une digestion lente et difficile, une impression de trop-plein, des nausées voire des vomissements, des éructations, une sensation de langue pâteuse, des ballonnements et des douleurs épigastriques. La digestion est influencée par différents facteurs, dont il faudra tenir compte pour apporter une solution à nos patients :

- ➔ **La flore bactérienne du tube digestif**, qui est modifiée avec l'âge, mais aussi en fonction des aliments ingérés. Par exemple, l'ingestion de glucides augmente la fermentation.
- ➔ **La cuisson des aliments**, qui rend les aliments plus digestibles (par exemple, le tissu conjonctif de la viande étant relâché, la mastication est facilitée).
- ➔ **Le fractionnement des repas**, à quantité et qualité égale, mieux vaut plusieurs petits repas qu'un gros repas pour une meilleure digestion.
- ➔ **Des facteurs psychologiques**, l'apparence, l'odeur ou le goût de certains aliments inspirent des émotions, via l'hypothalamus et le système nerveux autonome, qui agissent sur la digestion en diminuant les sécrétions, en inhibant le péristaltisme et en augmentant le tonus sphinctérien.

Un conseil officinal bien mené, assorti des conseils d'hygiéno-diététiques, permet de prendre en charge efficacement cette pathologie fréquente et inconfortable.



#### AVANT TOUT RAPPELER LES RÈGLES HYGIÉNO-DIÉTÉTIQUES

**Mastiquer (la digestion commence avec la salive) et manger calmement et lentement (les sécrétions digestives diminuent avec l'âge).**

**Réduire la consommation d'alcool, de café, d'eau gazeuse.**

**Arrêter de fumer.**

**Prendre des repas légers, équilibrés et à heures régulières.**

**Éviter les aliments gras ou épicés.**



#### Proposer une solution nutritionnelle

Dès que se manifeste le « carrefour digestif », estomac-foie-vésicule biliaire-pancréas, les ressources des végétaux aux vertus digestives font des merveilles. Elles répondent principalement à deux types de symptômes : digestion lente, ballonnements accompagnés de gaz, pesanteur après le repas, bouche pâteuse, mauvaise haleine, constipation, somnolence, d'une part ; brûlures, crampes, nausées, renvois, signes de dyspepsie spasmodique plus connue sous le nom d'indigestion, d'autre part.

➔ **Certaines plantes** peuvent produire de nombreux effets positifs, notamment en matière de digestion.

C'est le cas de **la sauge**. Régulatrice des sécrétions biliaires et gastriques, elle a aussi une action antispasmodique, levant les spasmes qui bloquent la digestion. Elle est recommandée en cas de digestion lente, tout comme la menthe, la mélisse...

D'autres plantes sont plus utilisées pour leur effet sur la sécrétion et l'évacuation de la bile (qui, en émulsionnant les graisses, aide à leur digestion). Stimulant et hépatoprotecteur, **l'extrait de boldo** doit ses propriétés cholagogues et cholérétiques à un précieux alcaloïde présent dans ses feuilles, la boldine. Toute la sphère digestive s'en trouve stimulée.

**La feuille de l'artichaut** (et non la fleur que l'on consomme) a fait ses preuves dans le traitement des affections hépatobiliaires. Très utile dans les cas de congestion, d'insuffisance hépatique, de jaunisse et de mauvaise digestion des corps gras, elle est également indiquée dans les états de constipation grâce à son action sur le péristaltisme intestinal. D'autres de ses composants, stérols, magnésium, potassium font aussi son intérêt, si bien que pour bénéficier de tous ses effets, il est recommandé de l'utiliser sous la forme de poudre totale.

**La fumeterre** est une autre « star » de la médecine traditionnelle. La richesse de ses actifs lui vaut ses multiples pouvoirs : diurétique, spasmolytique, il aide à régulariser le fonctionnement hépatobiliaire et calme les nausées. Il est rejoint par **le radis noir**. Ses vertus médicinales reposent sur les composés organiques soufrés qu'il contient, favorisant le drainage du foie et de la vésicule biliaire, facilitant l'élimination des toxines et déchets. C'est le recours idéal pour faire face aux excès alimentaires de fin d'année.

**La silymarine** (mélange de flavanolignanes) du fruit de **Chardon-Marie** protège le foie par trois mécanismes d'action : inhibition de la pénétration des toxines dans la cellule hépatique, action anti-radicalaire et inhibition de la peroxydation des lipides membranaires. Le Chardon-Marie est traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique des troubles fonctionnels digestifs attribués à une origine hépatique.

**L'orme rouge** aide à calmer et protéger les muqueuses digestives, et facilite la digestion.

**Le gingembre** est efficace et sûr pour tous les types de nausées : nausées digestives, nausées de grossesse et mal des transports.

➔ **L'enzymothérapie** peut permettre de renforcer l'action des enzymes digestives (lactase, alpha-galactosidase, amylase, protéase, lipase, hemicellulase...).

➔ Si le conseil contre l'indigestion s'oriente vers **l'homéopathie**, conseiller de commencer par 5 granules d'Antimonium crudum 5 CH (excès alimentaire) et de Nux vomica 9 CH (excès d'alcool) toutes les 2 heures pendant quelques heures et d'associer 5 granules de Chelidonium composé ou de Nux vomica composé avant chaque repas.

#### ON INCITERA LE PATIENT À CONSULTER SI :

**Les troubles digestifs s'accompagnent d'autres symptômes tels que fièvre, vomissements, perte de poids inexpliquée, présence de sang dans les selles, modification durable du transit...**

**Les symptômes décrits ne trouvent pas de cause évidente.**

**Les troubles évoluent de façon chronique.**

**Un traitement pris par le patient n'a pas été efficace.**

#### A ne pas confondre :

La gastroparésie, également appelée « syndrome de l'estomac paresseux », touche approximativement 4% de la population et jusqu'à 12% des patients diabétiques. Les principales causes de la gastroparésie sont le diabète, la chirurgie œso-gastrique et l'origine idiopathique. Les symptômes principaux sont la nausée, les vomissements, la plénitude post-prandiale et la satiété précoce. Des douleurs abdominales et un ballonnement peuvent également être observés. La gastroparésie est une pathologie difficile à traiter, avec un impact important sur la qualité de vie, voire parfois sur le statut nutritionnel. Elle nécessite une prise en charge médicale. Les médicaments prokinétiques (métoclopramide et dompéridone, des antagonistes du récepteur dopaminergique D2) ont comme indication la gastroparésie, ils exercent des effets prokinétiques et antiémétiques.



# INDISPENSABLE POUR UNE BONNE DIGESTION<sup>1</sup> AUX MICRO-ORGANISMES A ENROBAGE ENTÉRIQUE

# INULAC



## COMPOSITION UNIQUE:

- ✓ INULINE
- ✓ ENZYMES DIGESTIVES
- ✓ ANANAS
- ✓ MICRO-ORGANISMES
- ✓ ACIDE LACTIQUE



CNK:1726942

<sup>1</sup>L'ananas favorise une digestion normale.

# CYRASIL

NOUVELLE FORMULE

FOIE ET BILE<sup>1,2</sup> • DÉTOX<sup>3</sup> • MÉTABOLISME D'ACIDES GRAS<sup>4</sup>

extraits concentrés liquides de:

- radis noir
- chardon marie
- artichaut
- desmodium
- + • zinc
- + • phosphatidylcholine

- La choline, le radis noir, l'artichaut et le desmodium favorisent une fonction hépatique normale<sup>1</sup>
- Le radis noir contribue à une fonction biliaire normale<sup>2</sup>
- L'artichaut et le chardon-Marie contribuent à une fonction d'élimination normale<sup>3</sup>
- Le zinc contribue au métabolisme normal des acides gras<sup>4</sup>



PLUS D'INFO

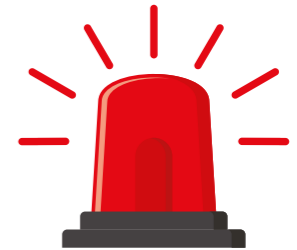
15 vials (cnk: 4352076)

**SoriaNatural**<sup>®</sup>

Seulement disponible en pharmacie.

Soria Bel NV - Ringlaan 35, B-8480 Ichtegem - T: 0(032)51/58 80 30 - E: info@soriabel.be - www.soriabel.be

« J'AI VOMI ET MA DIARRHÉE A DURÉ TOUTE LA NUIT »



## LES PRINCIPAUX SIGNES D'ALERTE DEVANT FAIRE CRAINDRE LA SURVENUE D'UNE COMPLICATION SONT :

Un âge de plus de 75 ans ou de plus de 65 ans avec une comorbidité associée, et quel que soit l'âge une comorbidité importante et/ou une immunodépression.

La présence d'un syndrome fébrile important, de vomissements répétés.

La présence de glaires et/ou de sang dans les selles.

Un voyage récent dans un pays tropical.

Une perte de poids brutale.

Une persistance ou une aggravation des symptômes au-delà de deux jours.

Une récurrence de la diarrhée ou une alternance diarrhée/constipation.

Des signes de déshydratation.

L'épidémie de gastro-entérite est bien souvent hivernale, de novembre à mars, avec un pic en décembre et janvier. Il est à noter qu'en 2020-2021, pendant la pandémie de COVID-19, il n'y a pas eu d'épidémie de gastro-entérite virale du fait de l'application des mesures barrières. La principale cause de gastro-entérite de l'adulte est une infection virale. Les principaux virus responsables sont les rotavirus, le virus de Norwalk, les adénovirus et les sapovirus.

La symptomatologie est dans la majorité des cas une diarrhée aiguë débutant soudainement. Elle se caractérise par une modification de la fréquence des selles (plus de 3 selles en 24 heures) et de leur consistance. Une diarrhée est dite « aiguë » lorsqu'elle est présente depuis moins de deux semaines. La diarrhée peut s'accompagner de nausées et/ou de vomissements, de douleurs abdominales à type de crampes, d'un syndrome rectal, d'une fièvre modérée. La diarrhée aiguë virale dure généralement moins de trois jours et ne réapparaît pas à court terme.



Aucun examen n'est recommandé dans la forme commune de la maladie.

Un examen de selles est indiqué en cas de rectorragie, diarrhée sévère ou persistante, syndrome septique, suspicion d'épidémie, retour de pays tropical.

La prise en charge comporte des conseils diététiques, avec principalement une augmentation de l'hydratation de façon à compenser les pertes. Il n'y a pas de conseils alimentaires stricts, tout au plus une limitation très temporaire de la consommation de fruits et légumes crus.

Le traitement médicamenteux est uniquement symptomatique, reposant sur les ralentisseurs du transit et les antispasmodiques. Les antibiotiques ne sont d'aucune utilité compte tenu de l'origine virale de la maladie.

## La place des probiotiques

Quatre indications ont été reconnues par des sociétés savantes

1. L'infection à Clostridium difficile.
2. Les gastro-entérites aiguës.
3. Le syndrome de l'intestin irritable et l'inconfort digestif.
4. La rectocolite hémorragique et la pochite (inflammation de la poche constituée par une anastomose iléo-anale).

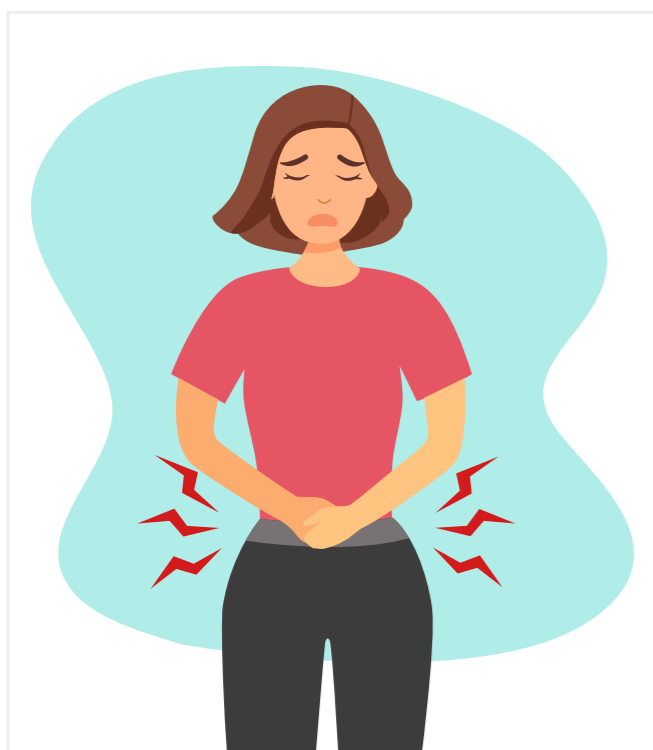
Les mesures préventives sont primordiales et comportent notamment :

- ➔ le lavage des mains (avant de préparer les repas, avant de manger, après être allé aux toilettes ou à la salle de bains...);
- ➔ l'utilisation des mouchoirs en papier à usage unique;
- ➔ les personnes qui ont une diarrhée ne doivent pas intervenir dans la préparation des repas;
- ➔ éviter de partager les verres et les couverts à table.



« J'AI SOUVENT LE VENTRE GONFLÉ APRÈS LES REPAS,  
AVEC DES CRAMPES ET DES SPASMES DOULOUREUX »

L'aérophagie se caractérise par des ballonnements qui sont la conséquence de la formation de gaz en grande quantité. Cette pression sur le ventre occasionne la douleur et des crampes. Les ballonnements chroniques peuvent avoir pour cause la déglutition d'une trop grande quantité d'air lors de la respiration et surtout lors des repas, l'autre cause est une fermentation intestinale excessive. En effet de nombreux aliments fermentescibles provoquent des gaz (ou flatulences) dans l'intestin.



Afin de limiter les ballonnements, sont à exclure de l'alimentation : les crucifères (chou, brocoli, chou-fleur), les oignons, les poireaux, les légumes racines (betteraves, radis), les haricots blancs, le soya, les lentilles, les haricots secs. Les boissons gazeuses et les chewing-gums sont aussi un apport supplémentaire de gaz. Autres plats incriminés : les charcuteries, les fromages fermentés, les crudités à fibres dures, les fruits pas mûrs. Parallèlement, il faut limiter la consommation d'alcool et le tabac et prendre le temps de manger dans une ambiance calme, si possible à heures régulières. Attention aussi aux aliments sans sucre mais qui contiennent des édulcorants car les polyols (sorbitol, mannitol...) sont fermentescibles.

**DE NOMBREUX MÉDICAMENTS PEUVENT ÊTRE RESPONSABLES DE SYMPTÔMES ÉVOQUANT UNE DYSPÉPSIE OU DES BALLONNEMENTS, PARMIS LESQUELS :**

Les laxatifs osmotiques qui provoquent des ballonnements.

Les biphosphonates qui peuvent être responsables de dyspepsies, de flatulences, de ballonnements, de régurgitations acides, de dysphagies.

Les AINS qui provoquent des dyspepsies, des éructations, des douleurs épigastriques...

Les IPP qui peuvent engendrer des douleurs abdominales hautes, des flatulences, des nausées...

Les tétracyclines qui provoquent des nausées, des épigastralgies...

**Quels produits conseiller ?**

- La **diméticone** et la **siméticone** réduisent la formation de bulles de gaz. On les retrouve parfois associées à un **antispasmodique** ou à un **antiacide**.
- Le **charbon** est utilisé pour ses propriétés absorbantes. Attention au charbon en cas de prise d'autres médicaments car il peut diminuer leur absorption : laisser deux heures entre la prise du charbon et celle des autres médicaments. Il est important de préciser aussi au patient que le charbon peut colorer les selles.
- En phytothérapie, le **fenouil** a des propriétés carminatives, il favorise l'expulsion de gaz intestinaux ; l'**argile blanche** agit comme adsorbant des gaz.
- En homéopathie, on conseillera **Carbo vegetabilis 5 CH**, 3 fois par jour après chaque repas, et **Asa foetida 9 CH** en cas d'aérogastrie.
- En aromathérapie, on associera l'**huile essentielle de Menthe poivrée et de Laurier noble**, 2 fois par jour.

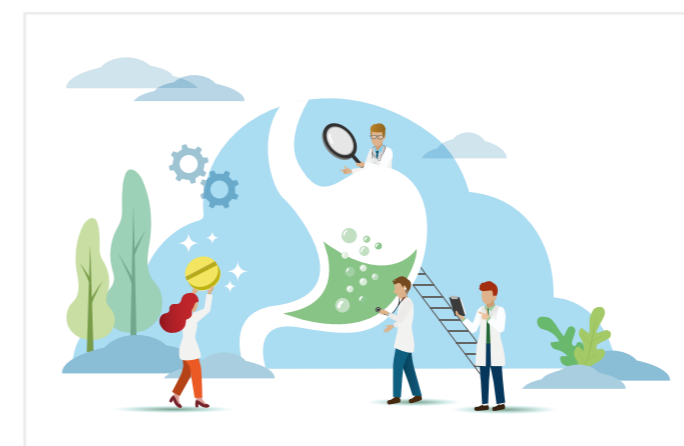
# Le citrate de bétaine, une molécule conseil pour la digestion difficile

Un nom difficile pour une formule assez simple qui associe trois composés : un principe actif, la bétaine, ainsi que deux excipients, le bicarbonate de sodium et l'acide citrique.

Découverte dans les années 1860 et directement extraite de la betterave rouge, la bétaine est le principe actif qui confère notamment la couleur rouge à ce légume. Le corps fabrique également cette molécule au niveau du foie et des reins à partir de la choline. La bétaine est elle-même composée d'un acide aminé, la glycine, auquel sont ajoutés 3 groupes méthyles : la triméthylglycine. Ils sont directement responsables de ses nombreux effets bénéfiques sur la santé.

**La bétaine possède deux dérivés :**

- le citrate de bétaine, utilisé en cas de dyspepsie.
- la bétaine HCL utilisée dans les cas d'hypochlorhydrie.



**Indications de la bétaine**

- La bétaine intervient dans la synthèse des phospholipides, constituants essentiels des membranes des cellules.
- La bétaine contribue à la protection du cœur en limitant l'augmentation du taux sanguin d'homocystéine, molécule représentant un facteur de risque des maladies cardiovasculaires.
- La bétaine exerce aussi un effet hépatoprotecteur. Elle permet en effet de lutter contre l'accumulation de graisses dans le foie et favorise l'excrétion biliaire des substances toxiques métabolisées par ce dernier.
- La bétaine participe à la diminution du taux d'acides gras, et plus particulièrement de triglycérides dans le sang.

**Quand conseiller le citrate de bétaine ?**

Le citrate de bétaine agit sur le métabolisme du foie et est utilisé dans le traitement d'appoint des digestions difficiles et les ballonnements. On peut le conseiller lors de tous les problèmes digestifs ponctuels, comme après un repas lourd et alcoolisé. On peut aussi recourir au citrate de bétaine en prévention, avant un repas qui s'annonce riche en graisses.

**Quelle posologie ?**

Le citrate de bétaine se présente essentiellement sous forme de comprimés effervescents de 2 g, à prendre une à 3 fois par jour. Si les sensations de lourdeurs persistent au-delà de quelques jours, il faut référer le patient vers un médecin. Les problèmes digestifs qui s'éternissent peuvent, en effet, révéler d'autres pathologies comme un reflux gastro-œsophagien.

**Quels effets indésirables et contre-indications ?**

Le citrate de bétaine est, en général, très bien toléré. Il existe de rares cas d'allergie.

Il n'y a pas de contre-indications formelles à la prise de citrate de bétaine, sachant que ce médicament est réservé aux adultes et aux enfants de plus de 15 ans.

La prudence s'impose chez les femmes enceintes.

Les personnes hypertendues doivent aussi faire attention, car les comprimés effervescents ont une teneur élevée en sodium.

**Rappel lors de la délivrance de citrate de bétaine**

**Rappel des conseils pour faciliter la bonne digestion.**

- Fragmenter les prises alimentaires en faisant des repas légers, en plus petite quantité mais plus nombreux. Prendre le dernier repas de la journée 3 heures au moins avant le coucher et ne pas s'allonger juste après un repas.
- Manger lentement ; une bonne mastication permettra une meilleure assimilation des aliments.
- Être attentif et évaluer les effets sur le bien-être de la suppression des aliments suivants : les aliments gras, les aliments acides et épicés, les aliments riches en fibres qui peuvent favoriser la distension de l'estomac (lentilles, pois chiches, haricots secs, céréales complètes...), ceux qui semblent déclencher des troubles de la digestion.
- Concernant les boissons : modérer la consommation d'alcool ; supprimer les boissons riches en caféine et éviter les boissons gazeuses qui favorisent les éructations.

- Prudence chez les personnes hypertendues.
- En cas de troubles persistants, il est nécessaire de référer le patient vers son médecin.



NOUVEAU

COMPLÉMENT ALIMENTAIRE



UPSA

EASYDIGEST



## L'allié pour prendre soin du système digestif de vos patients\*



Formule unique en Belgique et au Luxembourg

Prise sans eau

Les enzymes digestives jouent un rôle dans :

**DIGESTION • LOURDEURS D'ESTOMAC • INCONFORT DIGESTIF<sup>1</sup>**

\*Le citrate de calcium contribue au fonctionnement normal des enzymes digestives



## Le safran : notre conseil OTC dans la dépression légère

Les progrès dans la recherche clinique en phytothérapie permettent de proposer une thérapeutique complémentaire particulièrement utile pour la prise en charge de la surcharge émotionnelle et la fragilité de l'humeur. Parmi ces différentes plantes, le safran.

### Botanique

Le safran (*crocus sativus*) est une petite plante vivace et bulbeuse qui possède de longues et fines feuilles et des fleurs de couleur parme à violette en forme de coupe. Les fleurs renferment chacune trois pistils jaunes dotés de trois stigmates rouge orangé d'une longueur de 2,5 à 3,5 cm. Ces stigmates, dont émane une forte odeur aromatique, constituent l'épice la plus chère au monde : le safran, du même nom que sa plante d'origine. Déjà dans l'Antiquité, ces pistils très précieux étaient utilisés comme épices, arômes, colorants ou médicaments.

Le safran fut également cité par Homère comme remède et parfum dans l'Illiade et utilisé dans le traitement des dépressions légères dans la médecine traditionnelle persane. Actuellement, un certain nombre d'applications médicinales de ces pistils de safran sont bien établies, comme leur utilité en cas de dépression légère.

### Quatre principes actifs sont particulièrement prisés en phytothérapie :

1. **Le safranal**, le composé le plus actif du safran ;
2. **La picrocrocine**, un composé constitué de glucose et safranal ;
3. **La crocine**, un pigment caroténoïde qui contribue à la couleur des stigmates ;
4. **La crocétine**, qui est également un pigment caroténoïde.

### Indications

Le safran est traditionnellement utilisé dans le traitement des dépressions légères à modérées. En plus de son effet antidépresseur, cette plante aurait également des propriétés antioxydantes et anti-inflammatoires.

En raison de ses propriétés antioxydantes et anti-inflammatoires et de son effet positif sur les neurotransmetteurs, d'autres domaines d'application utiles du safran ont été constatés dans des études :

- ➔ les troubles du sommeil ;
- ➔ les troubles de la mémoire et de la concentration, difficultés d'apprentissage, démence naissante ;
- ➔ les troubles du déficit de l'attention et de l'hyperactivité ;
- ➔ la dégénérescence rétinienne, la perte de la vue ;
- ➔ l'athérosclérose et l'hypertension artérielle ;
- ➔ les troubles d'érection ;
- ➔ le syndrome prémenstruel, règles douloureuses ;
- ➔ les symptômes de vieillissement prématuré, vieillissement de la peau.



### Un antidépresseur prouvé par des études cliniques

Des patients souffrant de dépression modérée (Score d'Hamilton > 18) ont pris 30 mg/jour d'extrait de safran pendant 6 semaines. L'expression de leur dépression s'est significativement améliorée. Par ailleurs, il a été comparé à des traitements médicamenteux. Lorsqu'il est comparé à raison de 30 mg/jour à l'Imipramine, un inhibiteur de la recapture de la noradrénaline et de la sérotonine, le safran est aussi efficace dans la prise en charge des dépressions légères à modérées.

### Bon à savoir

Il ne génère pas d'effets secondaires comme la sécheresse buccale liée à l'activité anti-cholinergique de l'Imipramine.

De même, les bénéfices du safran sont comparables à la fluoxétine, un inhibiteur de la recapture de la sérotonine, dès 20 mg/jour. Cet effet bénéfique s'explique en partie par son action sur les neurotransmetteurs. Ainsi, le safranal augmente le niveau de sérotonine dans le cerveau, le neurotransmetteur qui est si important pour une humeur positive. La crocine, quant à elle, contribue également à une humeur positive, cette fois en augmentant les niveaux des neurotransmetteurs dopamine et norépinéphrine.

### Précautions d'emploi

L'utilisation chez la femme enceinte et allaitante n'est pas recommandée en l'absence de données suffisantes. Il est déconseillé d'associer une forte dose de safran (supérieure à 100 mg d'extrait/jour) avec un antihypertenseur en raison d'un risque d'hypotension.

Virginie Villers



*Coup de mou, baisse de moral, blues de l'hiver ?*

MannaVital

## Safran PLATINUM

pour une attitude positive, un meilleur équilibre émotionnel et la paix de l'esprit.

- avec des pistils de safran de la meilleure qualité supérieure iranienne (grade 1)
- contient tous les composants actifs dans une synergie harmonieuse: 2% safranal, 3% crocins et 12% saframotivines
- des effets calmants et stimulants sur l'humeur, confirmés par de nombreuses études: SAFR' INSIDE
- combiné à un extrait spécial de melon, riche en superoxyde dismutase ou SOD, un antioxydant primaire, qui a prouvé son effet calmant dans des études (EXTRAMEL®)



Safran PLATINUM de Mannavital est la meilleure combinaison de deux extraits de plantes standardisés pour une humeur sereine et une attitude calme.



Disponible en pharmacie CNK 4134581

Plus d'info? Contacter: info@mannavital.be - tel 056 43 98 52

## Le chiffre : 8 Belges sur 10 manquent de vitamine D

Alors que les études qui montrent des bénéfices multiples de la vitamine D se multiplient, que ce soit dans l'ostéoporose, l'immunité, la prévention du diabète, des maladies auto-immunes, de la grippe ou des maladies cardiovasculaires, 80% des Belges ont un déficit en vitamine D.

Afin de compenser cette carence, de plus en plus de nos patients utilisent un complément alimentaire de vitamine D. Une bonne nouvelle mais à condition de le choisir au bon dosage et sous une forme galénique hautement biodisponible.

Les vitamines D sont des sécostéroïdes liposolubles avec une fonction endocrinienne. Sous leur forme active, ces précurseurs hormonaux se chargent de capter le calcium et le phosphate dans l'intestin grêle et d'en réguler les taux sériques, ce qui est nécessaire au bon développement du squelette, à la minéralisation osseuse, aux contractions musculaires et à la conduction nerveuse. La vitamine D présente dans l'organisme est essentiellement produite sous l'influence de la lumière solaire ou dans une moindre mesure, absorbée au travers de certains aliments d'origine animale (poissons gras, abats...) ou végétale. On s'aperçoit qu'il est très difficile, voire impossible avec nos modes alimentaires, d'arriver à couvrir les besoins. Dès lors, la supplémentation systématique semble justifiée.

### Conseiller le bon dosage

La vitamine D est présente dans de nombreux tissus et joue un rôle important dans au moins 300 gènes différents.

Les allégations de santé reconnues et approuvées par l'EFSA sont nombreuses, parmi celles-ci : elle contribue au fonctionnement normal du système immunitaire, à l'absorption et à l'utilisation normales du calcium et du phosphore, à une calcémie normale dans le sang, au maintien d'une ossature normale...

Malgré ces indications reconnues, près de 8 Belges sur 10 manquent de vitamine D et le Conseil Supérieur de la Santé recommande la supplémentation en vitamine D, les taux ont d'ailleurs été revus à la hausse puisque les maximas AJR en Vit D ont été augmentés de 7.5 mcg à 75 mcg (3000 IU). Il est donc nécessaire pendant minimum 3 mois d'apporter des dosages plus hauts, pour récupérer un taux physiologique à la normale.

A titre d'exemple : pour augmenter de 1 ng/ml le taux sanguin de vitamine D, il faut consommer 100 UI de vitamine D3 par jour.

Il existe très peu de risque de surdosage, en effet le seuil de toxicité de la vitamine D serait supérieur à 150 mg/ml, ce qui équivaut à la prise de 30 000 UI/jour en cure journalière !



Plusieurs années d'expérience collectée avec les doses recommandées nous montrent que nous sommes en zone de sécurité.



**La vitamine D et ses métabolites jouent un rôle clé dans la régulation de l'homéostasie calcium-phosphore et du métabolisme osseux. Plus récemment, leurs propriétés cardiovasculaires et surtout immuno-modulatrices ont suscité un intérêt croissant.**

### Encourager la compliance

Diverses publications ont conclu qu'en comparant l'administration de méga-doses de vitamine D3 à des doses quotidiennes, la prise d'une dose quotidienne de 25(OH)D est la plus efficace.

Cette posologie permet de conserver un taux plus stable au fil du temps. Afin d'encourager la compliance, différentes formes galéniques ont été mises sur le marché. Les formes sublinguales (sprays ou comprimés orodispersibles) permettent une résorption rapide par les muqueuses buccales.

Quant à la question de savoir si une supplémentation en vitamine D est onéreuse, la réponse est négative. Sur base d'un modèle d'économie de la santé, des chercheurs ont pu montrer que si chacun se voyait recevoir 1000 à 2000 UI de vitamine D par jour, chaque tranche de 10.000 millions d'euros dépensés permettrait d'en économiser 187.000 millions en soins de santé.

Ann Daelamans



# QUI DIT maux de l'hiver DIT PEDIAKID

1<sup>ère</sup> GAMME  
de produits de  
SANTÉ NATURELLE  
pour ENFANTS\*

Les indispensables  
pour bien affronter l'hiver

## ▶ PEDIAKID® NEZ-GORGE (SPRAY & SIROP)

Soulage les symptômes du rhume  
Aide à dégager et apaiser les voies  
respiratoires

## ▶ PEDIAKID® TOUX SÈCHE & GRASSE

Calme la toux et soulage  
l'irritation de la gorge



\*Données OpenHealth au 30/09/2022 sur le marché français des compléments alimentaires pour enfants.

APPDK PA FR 1222

## LE REFLEXE 100% NATUREL DES PARENTS.

Si vous souhaitez plus d'information, contactez :  
Bastien Breye (Benelux Centre) au +32 (0) 474 16 40 12 - breye.b@pamsantebelux.be  
Olivier Culot (Benelux Sud) au +32 (0) 472 73 07 88 - culot.o@pamsantebelux.be

LABORATOIRES  
INELDEA



### Quand je regarde le dossier de mon patient, je vois qu'il prend beaucoup trop de prégabaline ?

Depuis plusieurs années, les autorités de santé des pays européens constatent une augmentation inquiétante du nombre d'abus de prégabaline (40% de patients en plus depuis 2016). Ces abus ont surtout été décrits dans deux situations :

- un mésusage (dose > 600 mg) de la prégabaline par des patients qui l'utilisent pour certaines indications thérapeutiques (par exemple les troubles anxieux ou les douleurs somatiques) ;
- dans le cadre de (poly)-consommations de substances psychoactives où les propriétés anxiolytiques, désinhibantes et euphorisantes de la prégabaline sont recherchées.

L'usage abusif de la prégabaline peut entraîner une dépendance, mais également divers effets indésirables tels qu'une augmentation du risque suicidaire ou des comportements agressifs. Certains facteurs favorisant le risque d'abus ont été identifiés et sont, entre autres, le genre masculin, un âge entre 18 et 45 ans, la présence de pathologies chroniques, d'antécédents d'addiction, de comorbidités psychiatriques, le cumul de prescripteurs et un faible revenu.

#### Pour toute délivrance de prégabaline, il convient :

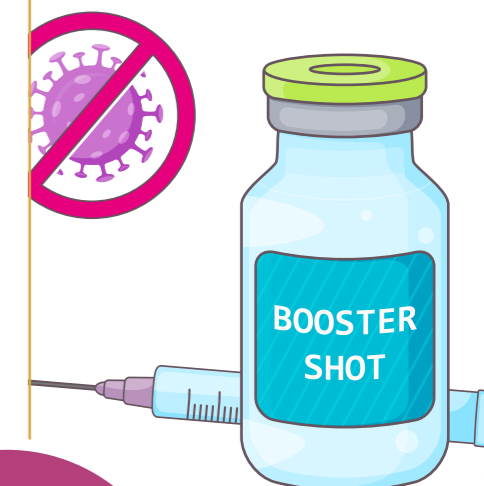
- d'être attentif aux signes de mésusage, d'abus, du développement d'une tolérance avec augmentation de la dose décidée par les patients, de dépendance et de comportements encourageant la prescription/la délivrance de prégabaline ;
- d'être particulièrement attentif à la consommation d'autres substances psychoactives (risque de potentialisation des effets, mais également majoration du risque de dépression respiratoire) ;
- de considérer avec le médecin une réduction de la posologie pour tous les patients chez qui l'élimination de la prégabaline (principalement rénale) est réduite (insuffisance rénale, âge avancé) ou pour les patients souffrant de pathologies telles que le diabète, une affection respiratoire ou un problème cardiaque.

Si une interruption du traitement par la prégabaline s'avère nécessaire, il convient de ne pas sous-estimer le risque de symptômes liés au sevrage. Il est recommandé de pratiquer un arrêt progressif, sur une période d'une semaine minimum, et ceci quelle qu'était l'indication de la prégabaline.

Face un mésusage, abus ou dépendance  
à la prégabaline, ou de comportements  
encourageant la prescription ou la délivrance  
de prégabaline, il est indispensable de notifier  
ces cas à l'AFMPS.

Réf : Flash VIG-news

### Faut-il connaître son taux d'anticorps avant de faire son vaccin booster contre la COVID-19 ?



## Questions comptoir

Le test sérologique COVID-19 consiste en une prise de sang suivie d'un dosage dans le sérum d'anticorps produits, suite à l'administration d'un vaccin ou à une infection par le virus. Plus précisément, le test évalue la quantité d'anticorps qui fixent la protéine Spike du virus, celle sur laquelle sont basés tous les vaccins contre la COVID-19. Il faut consulter son médecin à qui il reviendra de juger de la nécessité de ce dosage en fonction de la situation médicale de son patient.

« Mais dans la majorité des cas, cette analyse n'est pas nécessaire, elle n'a de sens que chez les patients immunodéprimés, où là il est indispensable de connaître la valeur des anticorps dirigés contre la COVID-19 », souligne le professeur Moutschen, chef du Service des maladies infectieuses - médecine interne, CHU de Liège.





### Existe-t-il un médicament pour traiter le vitiligo ?

Le vitiligo est une pathologie d'origine auto-immune dysimmunitaire caractérisée par la perte des mélanocytes qui sont détruits à tort par l'organisme. Dans les vitiligos non actifs, le traitement pour induire la prolifération des mélanocytes repose sur l'association d'un traitement topique et d'une photothérapie ou des UVB. En première intention, les dermocorticoïdes topiques ou le tacrolimus en crème permettent une repigmentation complète, ou quasi complète, du visage pour 70 à 80% des patients. Ils donnent de très bons résultats sur le corps dans 50% des cas, mais ils sont peu concluants sur les mains et les pieds (20 à 30%). Quand le vitiligo est actif et s'étend rapidement, le traitement est urgent pour bloquer son évolutivité. Il fait appel à des petites doses de corticoïdes par voie orale associées à une photothérapie UVB spectre étroit pendant 3 à 6 mois. De nouveaux traitements sont aujourd'hui en développement. Parmi eux, le ruxolitinib en crème, médicament ciblé de la famille des anti-Jak. Cet inhibiteur de kinase a obtenu une AMM aux États-Unis en juillet 2022. Il a montré chez des adultes et des enfants de plus de 12 ans une bonne efficacité sur le visage et le corps et une bonne tolérance.

**Source :** conférence de presse du Pr Thierry Passeron, du CHU de Nice, dans le cadre des Journées dermatologiques de Paris 2022.



### Quels probiotiques peut-on conseiller chez les enfants ?

La Société Européenne de Gastroentérologie, Hépatologie et Nutrition Pédiatrique (ESPGHAN) a récemment mis à jour ses recommandations sur l'utilisation des probiotiques dans la prise en charge de troubles gastro-intestinaux en pédiatrie.

Sur la base de données cliniques montrant une réduction de la durée de la diarrhée, de celle de l'hospitalisation et/ou de la production de selles, les probiotiques suivants peuvent être recommandés (grade de recommandation faible) :

- Lactocaseibacillus rhamnosus, anciennement appelé Lactobacillus rhamnosus (L. rhamnosus) GG (≥ 1010 CFU\*/jour, 5-7 jours).
- Saccharomyces (S) boulardii (250-750 mg/jour, 5-7 jours), la souche de S. boulardii CNCM I-745 étant la plus majoritairement évaluée dans les études.
- Limosilactobacillus reuteri (L. reuteri) DSM 17938 (1x10<sup>8</sup> à 4x10<sup>8</sup> CFU, 5 jours).
- La combinaison de L. rhamnosus 19070-2 and L. reuteri DSM 12246 (2x10<sup>10</sup> CFU pour chaque souche durant 5 jours).

S'il l'estime nécessaire, en raison notamment de la classe d'antibiotiques utilisée, de la durée de l'antibiothérapie et/ou de facteurs de risques du patient (âge, comorbidités, risque d'hospitalisation, épisodes précédents de DAA), le professionnel de santé peut recommander l'utilisation de S. boulardii ou L. rhamnosus GG (dose ≥ 5x10<sup>9</sup> CFU/jour) à débiter en même temps que l'antibiothérapie (grade modéré) en prévention des diarrhées.

Les experts de l'ESPGHAN proposent l'utilisation de certaines souches dans la prise en charge des troubles gastro-intestinaux fonctionnels pédiatriques (les régurgitations et coliques du nourrisson, les douleurs abdominales fonctionnelles, la constipation fonctionnelle, le syndrome de l'intestin irritable (SII),...):

- L. reuteri DSM 17938 (dose ≥ 108 CFU/jour pendant 21 jours au minimum) ou B. lactis BB-12 (dose ≥ 108 CFU/jour, pendant 21-28 jours) pour le traitement des coliques du nourrisson allaité (grade faible).
- L. reuteri DSM 17938 (dose de 108 CFU à 2x10<sup>8</sup> CFU/jour) pour la réduction des douleurs abdominales fonctionnelles (grade faible).
- L. rhamnosus GG (dose 10<sup>9</sup> CFU à 3x10<sup>9</sup> CFU deux fois par jour) pour la réduction de la fréquence et de l'intensité des douleurs chez les enfants souffrant de SII (grade faible).

Réf : Szajewska H, et coll. : Working Group on Probiotics and Prebiotics of the European Society for Paediatric Gastroenterology, Hepatology and Nutrition. Probiotics for the management of pediatric gastrointestinal disorders: position paper of the ESPGHAN Special Interest Group on Gut Microbiota and Modifications. J Pediatr Gastroenterol Nutr. 2022 Oct 11. doi: 10.1097/MPG.0000000000003633.

## Le bien-être des chiens et des chats est très important pour le laboratoire Boehringer Ingelheim Animal Health

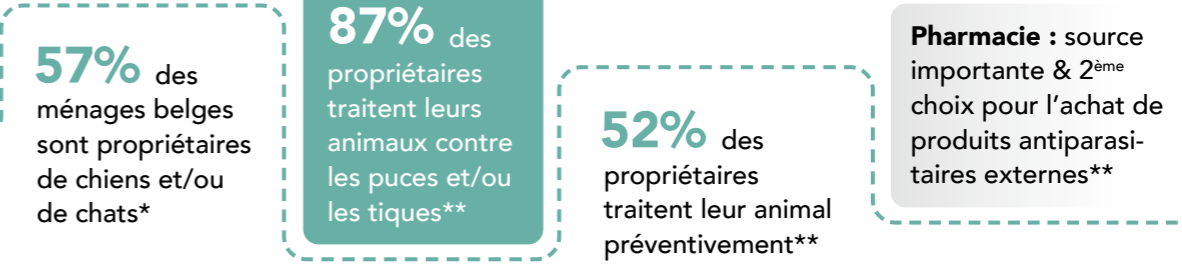
Dans le but de mieux identifier et comprendre vos besoins, pour vous aider au comptoir sur la thématique des tiques et puces des chiens et des chats, nous avons réalisé en mai dernier un « focus group », pharmaciens. Les résultats étaient très clairs sur le fait que vous avez besoin d'être mieux formé et soutenu dans ce domaine afin d'apporter le meilleur conseil et service possible à vos clients.



Grâce à ce feedback et pour mieux répondre à vos besoins, notre laboratoire s'engage à vous offrir durant toute l'année 2023, plus de supports et de services en officine :

- ↳ sous forme de roadshows (avec un orateur vétérinaire)
- ↳ au sein de votre pharmacie pour toute l'équipe officinale
- ↳ sous forme de Webinars pour sensibiliser et former en direct votre équipe

En collaboration avec le magazine Pharmassistante, nous vous proposons également un nouveau rendez-vous mensuel, ciblé spécifiquement sur la thématique des tiques et puces afin de vous accompagner au comptoir en élargissant vos connaissances et en vous aidant dans votre conseil quotidien.



Au-delà de cette nouvelle rubrique, en 2023, le laboratoire Boehringer Ingelheim Animal Health abordera cette thématique en profondeur avec des campagnes de communication pour vous et vos clients.

Si vous souhaitez avoir de l'information sur une thématique vétérinaire spécifique, n'hésitez pas à envoyer un mail à [info@pharmateam.be](mailto:info@pharmateam.be).

\*Source: iVOX avril 2022 / \*\*Source: U&A Study Frontline Belgium 11-2022. n=811



Pour les fêtes, diffusez l'huile essentielle d'Orange douce afin de créer une ambiance chaleureuse et apaisante dans votre intérieur. Pour soi ou pour offrir, vous êtes sûr de faire plaisir ! C'est le cadeau idéal pour faire découvrir la diffusion des huiles essentielles et leurs bienfaits.

À GAGNER



Le Diffuseur à Chaleur Douce XILO pour huiles essentielles PuresSENTIEL® est très simple d'utilisation et d'entretien permettant ainsi de pouvoir changer d'huile essentielle régulièrement.

Son design simple et naturel en bois de hêtre certifié FSC® et en verre lui permet de s'adapter avec élégance à tous vos lieux de vie et de travail : maison, bureau, cabinet médical, salon de beauté, salle d'attente... Universel et innovant, il se branche partout grâce à son câble USB-C/USB et se met en marche avec un bouton tactile. Il est petit, pratique et silencieux.

Son système de diffusion par chaleur régulée permet de conserver les propriétés et la qualité olfactive des huiles essentielles sans les dénaturer. Il est idéal pour un usage quotidien en toute sérénité grâce à son arrêt automatique au bout de 58 minutes de diffusion. Il se pose sur n'importe quelle surface, seule sa coupelle en verre émet de la chaleur. Dix minutes suffisent pour atteindre la pleine puissance de diffusion et couvrir 20m² maximum ; son système de régulation thermique (Thermostat 45°C maximum) procure une température constante (sans surchauffe). Nous vous recommandons de ne diffuser que les mélanges pour Diffusion PuresSENTIEL® prêts à l'emploi, des huiles essentielles 100% pures et naturelles de la gamme PuresSENTIEL®.

\*FSC : Forest Stewardship Council®

SÉRUM YEUX SOINS INTENSIF

- ▶ Améliore l'apparence des rides et ridules.
- ▶ Réduit le relâchement des paupières supérieures et les cernes.
- ▶ Hydrate le contour des yeux.



97% d'origine naturelle



À GAGNER

ACTION ANTI-ÂGE LIGNES FINES ET RIDES.



À GAGNER

**Eau Micellaire**  
Solution nettoyante pour le visage.

**Ampoule Flavo-C Melatonin**  
Sérum pour le visage.

**Vital eyes**  
Contour réparateur pour le contour des yeux.

**A.G.E. Reverse Night**  
Crème de nuit réparatrice à base de mélatonine.



Premier Cru La Crème Riche de CAUDALIE, pour retrouver la jeunesse de la peau

Ce soin anti-âge d'exception est boosté par la technologie brevetée TET8™ pour corriger les 8 marqueurs de l'âge sans compromis : rides installées, ridules, fermeté, volume, élasticité, taches, nutrition, éclat. Sa texture riche, enrichie en bio-céramides relipidantes, offre confort et hydratation aux peaux les plus sèches et sensibles.

Formule

- **Acide hyaluronique** : 100% d'origine naturelle et produit par biotechnologie, qui lisse et hydrate la surface de la peau en continu.
- **Viniférine** : issue de la sève de vigne, qui assure une action anti-taches exceptionnelle 62 fois\* plus efficace que la vitamine C.
- **Technologie brevetée TET8™** : associant le Resvératrol de vigne à l'Honokiol (extraction verte du Magnolia), qui booste l'activité de l'enzyme TET et agit sur les protéines de jeunesse pour corriger les 8 marqueurs de l'âge.

Utilisation

Appliquer matin et soir, sur le visage, le cou et le décolleté, après votre sérum. La Crème Riche Premier Cru est rechargeable : une fois terminée, pensez à garder votre pot et à jeter uniquement la recharge vide.

Prix  
Pot 50 ml : 93,30€  
Recharge 50 ml : 81,00€



Relax Night de BE-LIFE, pour retrouver un sommeil paisible et de qualité

Ce complément alimentaire soutient le bon fonctionnement des systèmes nerveux et psychologique grâce à une synergie bien étudiée de minéraux, vitamines et acides aminés. En vente exclusivement en pharmacies et parapharmacies.

Formule

- **Passiflore BIO** qui possède une action sédatrice et anxiolytique.
- **L-tryptophane** qui contribue à la production de sérotonine, neurotransmetteur essentiel dans le processus du sommeil.
- **Vitamines B3, B6, B1** qui aident au fonctionnement normal du système nerveux.

Utilisation

Prendre une gélule max/jour vers 18h.

Prix

Boîte de 60 gélules végétales : 21,00€



2/3 des Belges souffrent régulièrement de troubles du sommeil. Bien dormir est pourtant capital pour être en bonne santé.

Hyaluron Activ B3 de Eau Thermale d'AVENE, pour préserver le capital jeunesse

Cette gamme se compose de 4 soins pour une routine complète de régénération cellulaire riche de formules exclusives, ciblées pour le jour, la nuit et le contour de l'œil. Elle est concentrée en acide hyaluronique pur et niacinamide pour agir sur la cause du vieillissement. La peau est plus ferme, les rides sont corrigées.

Formule

- **Niacinamide** ultra concentré à 6%, appelé aussi vitamine B3, est l'actif anti-âge de l'avenir ; c'est la molécule la plus efficace contre la sénescence cellulaire et contre les signes de l'âge.
- **Acide hyaluronique** de haut poids moléculaire qui repulpe et hydrate la peau en surface, celui de bas poids moléculaire (120 kDA3) qui agit en profondeur pour recharger la peau en acide hyaluronique.



Prix

De 37,00€ à 45,80€

Rouge à lèvres satin de T. LECLERC, l'atout d'une bouche sublimée

Ce soin allie beauté et confort : une couleur intense pour des lèvres qui restent souples. Révélateur de beauté, ce vrai satiné habille les lèvres dès le premier passage, les nourrit et les sublime. Fondant, accrocheur, du pêche timide au rouge vibrant, sans compter le fabuleux Rouge Royal, séducteur en toutes circonstances, c'est un régal pour la bouche qui est divinement mise en valeur, parfaitement maquillée. 20 teintes pour 20 envies de plaire.



Prix

Tube : 23,00€

POUR PARTICIPER : Envoyez un mail à [info@pharmateam.be](mailto:info@pharmateam.be) (en précisant le concours et en indiquant les coordonnées complètes de la pharmacie) AVANT LE 15 JANVIER 2023



## Maxi 3000 D Spray, de la vitamine D, hautement biodisponible, des laboratoires QUALIPHAR

Maxi 3000 D est un complément nutritionnel sous forme de spray buccal. La vitamine D3 naturelle issue de la lanoline de laine de mouton, est particulièrement assimilable par l'organisme grâce au procédé d'émulsion utilisé et permet d'accroître l'assimilation de la vit. D en économisant une étape de transformation de celle-ci au niveau du foie.

### Maxi gamme pour un maximum d'efficacité

Maxi 3000 D complète la gamme de compléments nutritionnels Maxi C et Maxi Mag. Une sélection de produits formulés par un laboratoire belge avec des nutriments identifiés pour leur efficacité démontrée et leur qualité optimale. Les formules sont hautement biooptimisées par des technologies de pointe et proposent des galéniques innovantes.

### Spray buccal pour une absorption optimale de vitamine D3 :

- Dosage optimal de 3000 UI Vitamine D3, en 1 vaporisation
- Absorption optimale par la muqueuse buccale
- Facile d'utilisation pour une meilleure compliance
- En prise quotidienne pour plus d'efficacité.

**Prix**  
17,95€  
(pour 2 mois de traitement)



## Parfums poudrés de T. LECLERC, des sillages envoûtants

Deux parfums, deux ambiances :

- Inspirée par l'odeur mythique de la poudre de riz, l'eau de parfum Iris Blanc aux notes poudrées incarne toute la délicatesse de l'univers parfumé de notre maison dans l'esprit des boudoirs intimistes d'antan.
- Inspiré de notre parfum signature, le Parfum Poudré Frangipanier revisite le Parfum Poudré Iris Blanc dans une version solaire éblouissante. Un sillage délicat et intensément fleuri, infusé de la chaleur et du bonheur de l'été.

**Prix**  
Flacon 50 ml : 52,00€



## Ballonnements et flatulences, découvrez le Charbon végétal BIO des laboratoires ARKOPHARMA

Les plantes offrent des solutions douces pour maintenir un bon confort digestif. Le Charbon végétal, connu pour ses capacités de désintoxication de l'organisme agit par adsorption, c'est-à-dire fixation, des molécules organiques, des gaz toxiques et des bactéries qui les produisent, des additifs alimentaires, résidus de pesticides ou d'engrais, métaux lourds, solvants organiques... présents dans le tube digestif.

Le **CHARBON VÉGÉTAL BIO** est, issu de chutes de bois de Châtaignier sauvage et réalisé avec une technologie brevetée, sans ajout de produits chimiques, uniquement à la vapeur d'eau, permettant une **pureté inégalée**, et une production à **Haute Performance Environnementale** avec la particularité d'avoir un **fort pourcentage de micropores (92%)** lui conférant une **grande capacité d'adsorption**.

### Indications

Tous troubles digestifs (ballonnement, aérophagie, flatulences, douleurs abdominales, diarrhées, aigreurs d'estomac, mauvaise haleine...).

### Posologie

**Adultes et enfants > 12 ans :**

2 gélules, 1 à 2 fois par jour.

**Enfants de 6 à 12 ans :**

1 gélule, 1 à 2 fois par jour.

À prendre avec un grand verre d'eau 1h après le déjeuner et/ou le dîner.

### Prix

Boite de 150 gélules BIO : 36,80€

Boite de 45 gélules BIO : 12,95€



# LA NATURE APAISE NOTRE INCONFORT DIGESTIF

NOUVEAU



**BALLONNEMENTS  
& FLATULENCES**  
Charbon Végétal



Arkogélules®  
10 à 20 j - 40 j  
FABRIQUÉ EN FRANCE

**CHARBON VÉGÉTAL  
ACTIVÉ BIO  
PROCÉDÉ BREVETÉ\***



+ EFFICACE\*\*



**MEILLEURE  
ADSORPTION  
DES GAZ DIGESTIFS\*\***

L'INTELLIGENCE DE LA NATURE POUR VOTRE SANTÉ





# Vista-Zinc<sup>®</sup> +D3

## ZINC + VIT. D

### EN COMPRIMES SUBLINGUAUX

➔ Les 2 nutriments-clés ayant un impact prouvé sur l'immunité:

➔ Avec la meilleure absorption possible

➔ En pratique:

- **1 comp. / jour**, avant le petit-déjeuner, sous la langue
- **SANS** lactose, gluten, sucre, sel, colorant
- **Prix très attractif: PROMO 50+10 comp. GRATIS**  
= 2 mois = 9,95 € (cnk: 4565-909)
- **Moins de 5€ / mois !**

**NOUVEAU & UNIQUE !**



➔ Remise de lancement exceptionnelle: sur Pharm in Touch

100%  
Belge

# Vista-Zinc<sup>®</sup> +D3

## Défense au top !

