

Environ 8 000 décès et 120 000 journées d'hospitalisation par an en France sont liés à la iatrogénie médicamenteuse (Effets nocifs et indésirables des médicaments, dus non seulement à leur composition mais aussi aux mauvais modes de prises, moments de prises...etc) La moitié de ces chiffres serait évitable. Pour réduire cette iatrogénie, nous vous proposons ce stage :

## DU BON USAGE DES MEDICAMENTS

**Public :** Retraités, Parents, Salariés (CPF...)...

**Durée :** 2 jours (2 x 7h)

### Objectifs :

- Parfaire vos connaissances générales sur le médicament
- Améliorer vos pratiques de bon usage pour optimiser vos traitements
- Sécuriser toute automédication
- Clarifier les rôles des différentes équipes et de chaque professionnel intervenant au domicile

### Programme :

#### 1 Connaissances sur le médicament :

- Définitions : Médicament, Galénique, Allopathie, Homéopathie, Phytothérapie, Iatrogénie médicamenteuse ...
- Différentes présentations de médicaments et erreurs d'utilisation associées.
- Termes, sigles et dessins présents sur les emballages
- Médicament original et générique : différences éventuelles et explications concrètes
- Reconnaître les médicaments des produits de soins non médicamenteux
- Conservation et cas particuliers – Médicaments périmés

#### 2 Pratiques de Bon Usage :

- L'observance des traitements ou " le bon médicament, de la bonne façon, au bon moment, pendant la bonne durée ..."
- Précautions d'emploi et erreurs à éviter : Exemples en pratique :
  - o Le bon mode de prise :
    - Peut-on écraser tous les comprimés, ouvrir toutes les gélules ?
    - Peut-on les mélanger à tous les aliments ? Peut-on mélanger les médicaments entre eux ?
    - Peut-on avaler ses médicaments avec n'importe quelle boisson ?
    - Toutes les eaux (Plates, gazeuses...) conviennent elles à la prise des médicaments ?
  - o Le bon moment de prise :
    - Qu'entend-on par "à distance" des repas, à jeun ...
    - Principaux médicaments à heures de prises impératives et explications (notions de chronobiologie)
- Notions d'hygiène : - Les principaux germes - Lavages fondamentaux - Gels hydro alcooliques – Applications (collyres...)

#### 3 L'Automédication en question :

- Bonne et mauvaise automédication :
  - o Définitions
  - o Notions essentielles de sécurité : Exemples d'associations à éviter en fonction des traitements prescrits
- Alternatives ou compléments à l'allopathie:
  - o Définitions : Homéopathie / Phytothérapie / Aromathérapie / Compléments alimentaires...
  - o Notions essentielles de sécurité : Précautions d'emploi - Erreurs à éviter – Idées reçues
  - o Quelques exemples et indications : hématomes, douleurs articulaires, infections hivernales, stress, sommeil...

#### 4 La pharmacie familiale :

- Contenant – Contenu – Emplacement - Erreurs à éviter
- Trousse de voyages, de sport...

#### 5 Limite des rôles des intervenants à domicile dans l'aide à la prise des médicaments :

- Législation actuelle: loi HPST
- Infirmiers / Aides-soignants/ Auxiliaires de vie / Aide à domicile ...

### Méthodes pédagogiques :

- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques (documents législatifs, administratifs et médicaux; divers conditionnements, appareillages, outils de mesures et d'analyses)
- Echanges d'expériences entre les participants et validation des acquis tout au long de l'atelier ( jeux, QCM...)