

leem
les entreprises
du médicament

Le bon usage du médicament



**LIVRET
DU
FORMATEUR**

Juillet 2021.

© Photographies et illustrations : Shutterstock, Adobe Stock et Freepik.

Photographie en couverture : Annie Spratt - Unsplash

Avant-propos

La mission première de l'École est de transmettre des savoirs. Cependant, parce qu'il existe un lien réel entre santé et apprentissage, parce que les établissements scolaires sont fréquentés quotidiennement par tous les enfants, il appartient aussi à l'École, espace de socialisation et de pratique de la citoyenneté, de veiller à leur santé et de les aider à adopter des comportements sains. Santé et éducation sont donc étroitement liées et constituent ensemble le socle sur lequel s'appuie une dynamique de la réussite : l'éducation contribue au maintien de la santé, qui, à son tour, procure les conditions nécessaires aux apprentissages. La prise en compte de la santé des élèves concerne l'ensemble de la communauté éducative. C'est pourquoi l'École doit assurer aux élèves, tout au long de leur scolarité, une éducation à la santé en articulation avec les enseignements.

Synergies Africaines en partenariat avec les Entreprises du Médicament propose un programme d'information et d'activités destiné à éduquer les enfants et les adolescents au bon usage du médicament.

Celui-ci vise à informer et sensibiliser sur les risques liés à l'automédication, à rappeler l'importance du respect de la posologie et de la prescription, mais aussi, informer sur le circuit du médicament et les dangers des médicaments de la rue.

Le programme d'éducation pour le bon usage du médicament («BUM») a montré toute sa pertinence et son utilité dans les pays où il a été mis en œuvre. Cameroun, Burkina Faso, Guinée, Niger, Bénin... l'ont notamment intégré dans leur stratégie globale de promotion de la santé et de lutte contre le phénomène des «médicaments de la rue». Dans ces pays, les enfants qui ont suivi les enseignements sur le «BUM» sont devenus dans leurs communautés, de véritables vecteurs de changement de comportements.

Comme pour tout programme d'apprentissage, les encadreurs sont appelés à exercer leur jugement professionnel dans leurs choix d'activités d'apprentissage et à y apporter d'éventuelles modifications pour répondre aux besoins de leurs apprenants. Nous formulons le souhait que le «BUM» apporte un véritable appui à la mise en œuvre et au développement des actions d'éducation à la santé dans les établissements scolaires.

Introduction

Les populations des pays africains sont confrontées à de nombreux fléaux, notamment l'infection à VIH SIDA, le paludisme, la tuberculose, la méningite et la trypanosomiase. À ces pathologies endémiques le plus souvent transmissibles s'ajoutent les maladies chroniques non transmissibles comme les cancers, l'hypertension artérielle, le diabète ou l'épilepsie. De temps à autre apparaissent des maladies dites « émergentes » qui viennent, comme c'est le cas avec la pandémie de Covid-19, compromettre la capacité des systèmes de santé à répondre aux besoins de santé des populations.

Ces populations sont également confrontées à la pauvreté, l'analphabétisme, la malnutrition, et aux difficultés d'accès aux soins et aux médicaments. Ces dernières sont accentuées par le manque ou l'insuffisance d'information, d'éducation et de communication sur la santé et le bon usage des médicaments. Le VIH et le Sida, le paludisme, la tuberculose, la diarrhée, l'épilepsie ou la Covid-19 sont autant de maladies pour lesquelles il existe des traitements qui, à défaut de guérir les malades, sont suffisamment efficaces pour améliorer leur qualité de vie.

L'efficacité de ces traitements peut en revanche être compromise, notamment dans les cas suivants :

- l'inobservance des prescriptions médicales, c'est-à-dire, lorsque l'on ne respecte pas la durée conseillée du traitement ;
- l'automédication, c'est-à-dire, lorsque l'on émet un autodiagnostic sans demander l'avis d'un professionnel de santé ;
- l'achat des médicaments issus des circuits parallèles où prolifèrent les médicaments contrefaits encore appelés « faux médicaments », et où l'on prend le risque de consommer des produits sans effets, voire, dangereux pour la santé.

Il s'avère donc essentiel pour améliorer l'accès aux soins, d'intensifier le travail d'information et de sensibilisation des populations sur la nécessité d'adopter les bons comportements dans le cadre d'une prescription médicale, l'importance de suivre les recommandations des professionnels de santé, et sur les dangers liés à l'achat et à la consommation de produits de santé falsifiés ou de qualité inférieure.





Le programme d'éducation pour le bon usage du médicament («BUM») comprend 4 outils listés ci-dessous.

Les 4 outils du programme BUM :

1. le livret du formateur

le présent document, comportant 44 pages d'informations regroupant les messages clés à diffuser au sein de la communauté mais aussi des points d'informations plus précis et les corrigés des activités proposées aux enfants. L'objectif est de permettre au formateur de répondre à un maximum de questions autour du médicament et de son utilisation

2. Un site web consultable hors ligne

Un site web dédié au programme consultable à l'adresse Leem.Unfn.org

3. un support numérique (clé USB) destiné aux apprenants

4. une affiche de sensibilisation

pour les établissements, qui pourra éventuellement servir de support de communication grand public.

Sommaire

CHAPITRE 1 JE SUIS MALADE...

1) Savoir reconnaître et réagir face à la maladie

PAGE 9

Une leçon destinée à familiariser les enfants avec les symptômes les plus courants, afin de pouvoir réagir le plus tôt possible face à la maladie.

2) Connaître les maladies, savoir se protéger

PAGE 11

Paludisme, diarrhée, tuberculose, épilepsie, VIH et SIDA, Covid-19 : 6 fiches complètes pour connaître les symptômes, l'évolution de la maladie, les modes de transmission et les moyens de prévention.

3) Au centre de soins

PAGE 22

Le rôle central des personnels de santé dans l'identification de la maladie et la guérison. Les différentes étapes d'une visite au centre de soins, de l'examen à la prescription des médicaments.

CHAPITRE 2 JE DOIS PRENDRE DES MÉDICAMENTS...

1) Les différentes formes de médicaments

PAGE 25

Mieux connaître les médicaments et la manière dont ils peuvent être utilisés et prendre conscience de leur spécificité.

2) Protéger, soulager, guérir

PAGE 27

Cette leçon permettra notamment d'aborder le thème des vaccins et de mieux comprendre le rôle des médicaments.

3) Bien utiliser le médicament

PAGE 30

Respect de la durée du traitement, dangers de l'automédication, date de péremption : les règles de base du bon usage du médicament à suivre obligatoirement pour une utilisation efficace et sans danger.



CHAPITRE 3. JE ME MÉFIE DES FAUX MÉDICAMENTS

1) Le circuit légal du médicament

PAGE 35

Cette leçon permet de familiariser l'apprenant avec le circuit d'approvisionnement en médicaments. Présentation du circuit légal du médicament, de sa fabrication à sa distribution. Ce thème permet d'insister tout particulièrement sur les dangers liés aux médicaments vendus dans la rue.

2) Pourquoi existe-t-il des faux médicaments ?

PAGE 37

Cette leçon a pour but d'identifier les facteurs qui génèrent le trafic de faux médicaments. L'apprenant pourra ainsi imaginer des stratégies efficaces susceptibles de lutter contre ce phénomène.

3) Reconnaître les vrais des faux médicaments

PAGE 39

Lutter contre les faux médicaments est un défi permanent qui nécessite la participation de tous. La vigilance de tous les instants est fortement recommandée. L'apprenant sera confronté à la difficulté de distinguer les vrais médicaments des faux.



Chapitre 1

Je suis malade



1 Savoir reconnaître les symptômes et réagir face à une maladie

Les maladies peuvent être décelées à partir de signes très variés, touchant une ou plusieurs parties du corps : ce sont les symptômes de la maladie.

Certains symptômes sont bien visibles (toux, boutons, gonflement, ...), d'autres peuvent se manifester par une

douleur ou une gêne ressentie par le malade (fatigue, chaleur, frissons, mal de tête ou de ventre, ...).

Il est important d'être attentif à l'apparition de ces symptômes afin de pouvoir réagir le plus tôt possible face à une maladie.



LES SYMPTÔMES LES PLUS FRÉQUENTS

Fièvre	<ul style="list-style-type: none">• Sensations de chaleur, en particulier au niveau de la tête (front et tempes)• Sensations de chaleur suivies de sensations de froid
Nausées, vomissements (troubles du transit)	<ul style="list-style-type: none">• Perte d'appétit• Douleurs au niveau de l'estomac• Sensation de gêne après avoir mangé
Constipation (troubles du transit)	<ul style="list-style-type: none">• Douleurs, sensations de lourdeur au niveau du ventre• Difficulté à aller aux toilettes• Ventre gonflé et dur
Diarrhée	<ul style="list-style-type: none">• Douleurs au niveau du ventre• Selles très fréquentes, consistance molle ou liquide
Toux sèche	<ul style="list-style-type: none">• Toux répétitive• Sensation de sécheresse, d'irritation dans la bouche et la gorge
Toux grasse	<ul style="list-style-type: none">• Sensation d'encombrement dans la gorge• Besoin de cracher• Difficultés pour respirer• Emission d'un bruit ressemblant à un sifflement lors de la respiration• Emission d'un bruit ressemblant à un encombrement dans la poitrine

À chaque maladie ses symptômes

À chaque maladie correspondent des symptômes bien particuliers. Mais un même symptôme peut être commun à plusieurs maladies.

Par exemple, la fièvre est un symptôme qui peut se rapporter aussi bien au paludisme, à la diarrhée, à la tuberculose ou bien à d'autres maladies. En revanche, si l'on ajoute à cette fièvre une toux accompagnée de crachats de sang par exemple, le personnel de santé s'orientera vers un groupe de maladies plus précis, parmi lesquelles la tuberculose.



Activité avec les enfants

Décrivez les sensations correspondant à chaque symptôme, les enfants doivent trouver le bon symptôme correspondant aux effets présentés. Le symptôme est cité en vert.

1. J'ai chaud à la tête, j'ai des douleurs aux articulations, à tout le corps, je chauffe, ...
✓ J'ai de la fièvre
2. J'ai mal au ventre et je n'arrive pas à aller aux toilettes...
✓ Je suis constipé
3. Je n'ai pas faim, je ne me sens pas bien après avoir mangé, j'ai envie de vomir...
✓ J'ai la nausée
4. Je tousse, j'ai besoin de cracher, j'ai mal à la gorge...
✓ J'ai une toux grasse
5. J'ai mal au ventre, je vais plus souvent aux toilettes que d'habitude...
✓ J'ai la diarrhée

En savoir

Chaque symptôme se rapporte à un système ou à un appareil du corps humain, par exemple :

- les palpitations (entendre son cœur qui bat plus vite, avoir des difficultés à respirer, une sensation d'étouffement ...) se rapportent au niveau cœur et aux vaisseaux ;
- la toux intervient au niveau de l'appareil respiratoire ;
- les nausées, les vomissements et les troubles du transit sont des perturbations de l'appareil digestif.

On distingue 3 phases au cours d'une maladie, pendant lesquelles les signes de la maladie évoluent :

- **l'apparition de la maladie**, qui s'accompagne d'un certain nombre de symptômes. C'est à ce moment qu'il faut prendre la décision de se rendre au centre de soins pour réagir le plus tôt possible face à une éventuelle maladie ;
- **la phase d'état** : tous les symptômes sont généralement présents et actifs mais certains peuvent disparaître une fois la maladie déclarée et laisser place à de nouveaux symptômes ;
- **la phase d'évolution vers la guérison** : avec le traitement, les symptômes disparaissent, parfois lentement, jusqu'à la guérison totale. Les premiers signes d'amélioration ne signifient en aucun cas qu'il faut arrêter le traitement, au contraire, il est essentiel de respecter la durée indiquée par le personnel de santé.

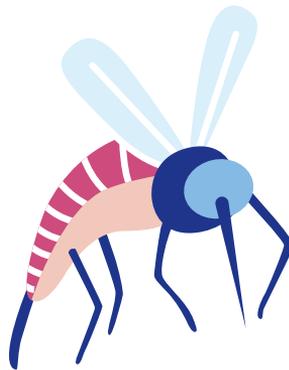
2 Connaître les maladies, savoir se protéger



Pour préserver sa bonne santé, il est important de connaître :

- les principaux symptômes qui peuvent annoncer une maladie ;
- la manière dont une maladie peut se transmettre ;
- son évolution et les moyens existant pour la combattre.

Nous avons appris précédemment ce qu'étaient les symptômes, étudions maintenant quelques maladies fréquentes.



Le paludisme

Le paludisme est une maladie parasitaire qui est transmise par un moustique infecté par le plasmodium et appelé anophèle femelle. Cette maladie peut être mortelle si elle n'est pas soignée. Ses conséquences peuvent être beaucoup plus graves, voir mortelles, chez les jeunes enfants et les femmes enceintes.

Symptômes

- Principalement la fièvre, qui débute entre 8 et 30 jours après la contamination.
- Mais aussi d'autres troubles tels que :
 - frissons
 - maux de tête
 - douleurs musculaires
 - fatigue générale
 - vomissements
 - diarrhée
 - jaunisse (coloration jaune de la peau et des yeux)
 - pâleur traduisant une anémie (trouble grave qui affecte notamment le sang).

Mode de transmission

- La transmission de la maladie se produit par l'intermédiaire du moustique. Il n'y a pas de contamination directe entre personnes.
- Cependant, une femme enceinte atteinte peut transmettre la maladie à l'enfant qu'elle porte.
- La saison des pluies est plus propice à la transmission de la maladie.

Évolution de la maladie

Il existe deux formes de paludisme :

LE PALUDISME SIMPLE

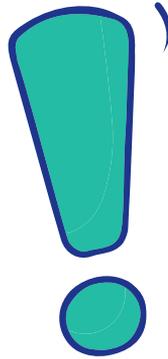
- C'est la forme la plus fréquente. Elle peut être soignée grâce à des comprimés antipaludiques délivrés au centre de soins.
- La guérison est assez rapide, à condition que ce traitement soit suivi de manière rigoureuse et suffisamment longtemps.
- En revanche, sans traitement approprié, le paludisme simple peut évoluer vers une forme de paludisme grave.

LE PALUDISME GRAVE

- En plus des symptômes décrits ci-dessus, la maladie peut provoquer des convulsions (contractions involontaires d'une partie de l'ensemble des muscles du corps), voire le coma (état d'inconscience grave) et conduire rapidement à la mort.
- Une prise en charge par le personnel de santé doit alors être mise en place de toute urgence.

Moyens de prévention

Chez les femmes enceintes, à cause des conséquences du paludisme, la mise en traitement préventif est recommandée, de même chez les enfants de moins de 5 ans, à l'initiative du personnel de santé.



Le paludisme cause la mort d'un enfant toutes les 30 secondes selon les estimations de l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé). C'est la principale cause de mortalité des enfants de moins de 5 ans.

Quelques précautions recommandées

- Assainir les alentours des habitations (pas d'eau stagnante).
- À la maison, utiliser une moustiquaire imprégnée ou des grilles de protection aux fenêtres, qui empêcheront les moustiques de pénétrer dans la pièce. L'utilisation d'insecticides est recommandée, à condition d'être renouvelée régulièrement.
- Dehors, une fois la nuit tombée, sortir avec des vêtements couvrant l'ensemble du corps.

En savoir

Le paludisme est transmis à l'homme par la pique d'un moustique femelle, l'anophèle infecté. C'est en prenant le sang nécessaire à sa ponte qu'il injecte le parasite à l'homme. Parce que les mâles ne piquent pas, ils ne transmettent pas le paludisme.

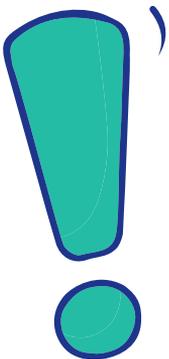
La diarrhée

Nous l'avons vu précédemment, la diarrhée peut-être l'un des symptômes d'une maladie. Cependant, sous des formes sévères, elle peut provoquer la mort, on peut donc également la considérer comme une maladie à prévenir.



Symptômes

- Selles molles ou liquides, beaucoup plus fréquentes qu'à l'habitude (plus de 3 à 4 fois par jour)
- Vomissements
- Fièvre
- Perte d'appétit
- Faiblesse et fatigue générale
- Dans certains cas, on peut également observer la présence de sang dans les selles et de glaire.
- Sécheresse de la langue et de la bouche, refus de boire ou au contraire sensation de soif constante, sont les signes d'une déshydratation. Elle constitue un risque majeur, voir mortel.



La diarrhée est l'une des principales causes de décès chez les enfants de moins de 5 ans. Elle touche principalement les enfants et les personnes déjà affaiblies par une maladie.

Mode de transmission

L'apparition de la maladie est favorisée par :

- la consommation d'une eau contaminée ou polluée, d'aliments stockés ou cuisinés dans de mauvaises conditions ;
- une mauvaise hygiène corporelle ;
- la proximité avec des excréments d'animaux.

Elle peut être transmise d'une personne à une autre : les selles et les vomissures d'une personne malade sont extrêmement contagieuses.

Évolution de la maladie

Elle peut durer quelques jours à plusieurs semaines. Il est indispensable de se rendre au centre de soin dès les premiers jours d'apparition de la diarrhée. Pour éviter la déshydratation, le personnel de santé pourra utiliser, s'il le juge nécessaire, une solution de sels de réhydratation orale.

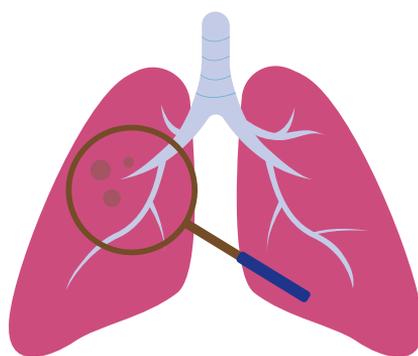
Dans tous les cas, il est essentiel de donner beaucoup à boire au malade tant que la diarrhée n'a pas disparu. Il faut également privilégier les aliments très nourrissants, pour éviter le phénomène de malnutrition qui accompagne souvent la diarrhée.

Moyens de prévention

- S'informer sur les moyens d'assainissement de l'eau mis à disposition dans la région.
- Faire bouillir l'eau avant de la boire, bien nettoyer les aliments et les consommer immédiatement après les avoir bien cuits.
- Se laver les mains avec de l'eau et du savon :
 - après avoir été aux toilettes, touché les fesses ou les couches du bébé ;
 - avant de préparer, de servir la nourriture ou de la manger.
- Se sécher les mains avec du linge propre.
- Se couper régulièrement les ongles.

La tuberculose

La tuberculose est une maladie due à une bactérie appelée bacille de Koch qui se propage rapidement dans l'air, d'une personne malade à l'autre. Elle touche d'abord les personnes souffrant de dénutrition ou d'un déficit immunitaire (baisse des défenses naturelles du corps), causé par exemple par une maladie (VIH/sida notamment).



Mode de transmission

- Lorsqu'elles toussent, éternuent, parlent ou crachent, les personnes dont les poumons sont atteints projettent dans l'air des micro-gouttelettes contenant les germes de la maladie.
- Si la personne malade n'est pas soignée, elle peut contaminer en moyenne 10 à 15 personnes en une seule année.

Symptômes

- Violentes quintes de toux persistantes, parfois accompagnées de crachats de sang.
- Fièvre plus ou moins élevée.
- Fatigue générale, perte d'appétit et de poids.
- Difficulté à respirer.
- Sueurs nocturnes.



Évolution de la maladie

Il existe deux formes de tuberculose :

LA PRIMO-INFECTION TUBERCULEUSE

- En l'absence de symptômes, elle passe le plus souvent inaperçue.
- Arrêtée par les défenses du système immunitaire, l'infection évolue le plus souvent vers une guérison naturelle.
- Toutefois, 5 à 10% des personnes infectées développent la maladie ou deviennent contagieuses, et ce, parfois plusieurs années après la contamination, durant lesquelles l'infection peut rester silencieuse dans l'organisme.

LA TUBERCULOSE-MALADIE

- Très grave, l'infection s'attaque alors aux poumons et peut s'étendre à d'autres organes, pour évoluer vers la mort si elle n'est pas correctement prise en charge.
- Le traitement consiste à prendre des médicaments antituberculeux de manière régulée et sans interruption, pendant une durée de 6 à 8 mois en moyenne. Une surveillance régulière par le personnel de santé est indispensable.
- Au début du traitement, tant que la personne est contagieuse (présence de la bactérie dans ses crachats), elle doit être isolée.

Moyens de prévention

Il existe un vaccin contre la tuberculose. Il est recommandé de l'effectuer dès la naissance.

En savoir

1.5 millions de personnes meurent chaque année de la tuberculose, et ce chiffre augmente d'année en année (2018).

La tuberculose est due à une bactérie connue sous le nom de bacille de Koch. L'un des grands problèmes rencontrés dans la lutte contre la tuberculose est le développement de formes de tuberculose résistantes aux médicaments. Elles sont le plus souvent observées chez les personnes qui ont été atteintes et qui n'ont pas suivi de manière rigoureuse le traitement prescrit par le personnel de santé.



L'épilepsie et le cerveau



Ton cerveau est fait de milliards de minuscules cellules nerveuses. Ces cellules s'envoient des messages les unes aux autres et en envoient aux autres parties du corps. Les cellules nerveuses des différentes parties du cerveau dirigent différentes parties du corps. Par exemple, certaines cellules envoient des messages aux bras et aux jambes. D'autres aux yeux et aux oreilles. C'est ton cerveau qui envoie un message à ton pied pour lui dire de frapper la balle quand tu joues au foot, ou à ta main quand tu veux répondre à une question en classe, ou encore qui te fait sourire quand tu rencontres un ami.

Lorsque tu as de l'épilepsie, les cellules nerveuses deviennent quelques fois trop actives et envoient des messages sans que tu le veuilles. Quand cela se produit, tu fais une crise. Faire une crise, c'est un peu comme se perdre dans un labyrinthe. De temps à autre, les cellules nerveuses du cerveau s'embrouillent ou deviennent trop actives pendant un moment et envoient les mauvais messages aux autres parties de ton corps.

Les crises

Il y a divers genres de crises. Pendant une crise, la personne peut regarder dans le vide, cligner des yeux, avoir peur, avoir un vertige, tomber et avoir des soubresauts. Une crise c'est un peu comme un étournement. On ne peut l'empêcher. Elle dure de quelques secondes à quelques minutes et n'est pas douloureuse.

Qu'est-ce qui provoque les crises ?

Dans le monde, des gens de tout âge ont des crises. L'épilepsie n'est pas une maladie que tu peux attraper de quelqu'un d'autre. C'est un état qui fait qu'une personne ait des crises. Plusieurs causes peuvent provoquer une crise. Il arrive qu'on ne puisse pas trouver de cause.

Éviter les crises

Certaines choses augmentent les risques de crises chez les personnes qui ont de l'épilepsie. On les appelle les déclencheurs de crise. Lorsqu'on sait que quelque chose risque de déclencher une crise, on peut tenter de l'éviter. Ainsi, si une personne qui a l'épilepsie ne dort pas assez, il y a plus de risque de faire une crise.

Il est important pour les personnes qui ont l'épilepsie de :

- toujours prendre ses médicaments tels que prescrits ;
- dormir suffisamment ;
- ne pas sauter de repas ;



- d'éviter toute situation qui cause de la tension ;
- pour les personnes qui ont de l'épilepsie photosensible, d'éviter les lumières qui scintillent comme celles des ordinateurs ou de la télévision.

Les loisirs et les amis

Les personnes qui sont atteintes d'épilepsie peuvent participer à presque tous les sports et loisirs. Ils peuvent s'amuser autant que leurs amis.

Si tu as une épilepsie, en parler à tes amis les aidera à te comprendre et ils n'auront pas peur si tu fais une crise. Cela les aidera aussi à savoir quoi faire si tu as une crise en leur compagnie. Tout le monde peut faire une crise ; avoir l'épilepsie veut dire que tu fais plus d'une crise.

En savoir

Il y a certaines choses que tu peux faire pour aider une personne qui fait une crise. La plupart des crises ne durent que quelques secondes ou quelques minutes. Quelques fois, la personne sera un peu fatiguée ou confuse après une crise.

- 1. Reste calme.**
- 2. Enlève les objets pointus ou durs qui sont près.**
- 3. N'essaies pas de retenir la personne.**
- 4. Ne mets rien dans la bouche de la personne.**
- 5. Si une personne tombe et est agitée sur le sol, tourne-la sur le côté jusqu'à ce que l'agitation cesse.**
- 6. Envoie quelqu'un chercher un adulte.**
- 7. Reste auprès de la personne.**

Le SIDA



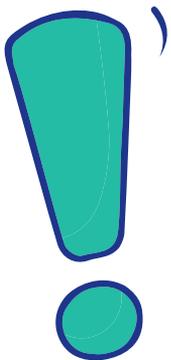
Le VIH, ou virus de l'immuno-déficience humaine, est un type de virus qui peut causer une maladie appelée SIDA (Syndrome d'Immunodéficience Acquise).

L'infection au VIH atteint le système immunitaire, c'est-à-dire les défenses naturelles du corps contre la maladie. Si elle n'est pas traitée, de graves maladies peuvent survenir.

Des infections normalement anodines, comme une grippe ou une bronchite, peuvent s'aggraver, devenir très difficiles à traiter ou même entraîner le décès. De plus, le risque de cancer est aussi accru.

Ce qui distingue le VIH des autres virus, c'est qu'il atteint le système immunitaire en prenant le contrôle des cellules T CD4. Ces dernières ont pour rôle de coordonner la réponse immunitaire lorsqu'un virus se présente. Lorsque le VIH utilise les cellules CD4 pour se propager, il les endommage et les détruit.

Ce faisant, le VIH mine de l'intérieur le système immunitaire qui a pour rôle de le combattre.



Non traitée, l'infection VIH entraîne le SIDA et finit par entraîner la mort.

L'infection par VIH se soignant de mieux en mieux, certaines populations à risque relâchent leurs efforts de prévention.

Transmission

Le VIH se transmet par les liquides corporels : le sang, le sperme, les sécrétions vaginales et le lait maternel. Ces fluides corporels ne transmettent le VIH que s'ils sont au contact d'une zone qui le laisse entrer dans l'organisme, une muqueuse. La peau saine est imperméable au VIH.

Le plus souvent, le virus est contracté au cours d'activités sexuelles non protégées ou l'était dans le passé par l'échange de seringues chez les utilisateurs de drogues injectables. Le risque de transmission par des baisers avec échange de salive est nul.

Dans la plupart des pays industrialisés, les rapports de pénétration anale entre hommes constituent la plus importante voie de transmission du VIH. Cependant, la transmission hétérosexuelle a fortement progressé depuis le début de l'épidémie.

Le VIH ne se transmet pas des manières suivantes :

on ne peut pas le contracter par une poignée de main, par la sueur ou les larmes. Il n'est pas véhiculé par des insectes. On ne le contracte pas sur les sièges de toilettes, ni en nageant dans les piscines publiques, en partageant la nourriture ou en utilisant le linge, les serviettes ou le téléphone d'une personne infectée.



VIH-Sida, une maladie de mieux en mieux soignée

On sait aujourd'hui qu'une personne séropositive bien soignée présente un risque extrêmement bas de transmettre le VIH lors de relations sexuelles, sous certaines conditions :

- le traitement est pris régulièrement,
- il entraîne une charge virale indétectable (ou charge virale sous le seuil des 50 copies/ml dans le

plasma pendant plus de 6 mois et au dernier test le plus récent),

- la mesure de la charge virale se fait régulièrement, au moins tous les 3 ou 4 mois,
- les deux partenaires ne présentent pas d'infection sexuellement transmissible.

EN RÉSUMÉ

- **Le VIH peut se transmettre à l'occasion de rapports sexuels (vaginaux ou anaux) non protégés et de contacts bucco-génitaux avec une personne infectée**
- **Il peut aussi se transmettre à l'occasion de la transfusion de sang contaminé et du partage d'aiguilles, de seringues ou autres instruments pointus contaminés.**
- **Il peut aussi se transmettre de la mère à l'enfant pendant la grossesse, l'accouchement ou l'allaitement au sein.**
- **Le SIDA est le stade ultime de l'infection par le virus de l'immuno-déficience humaine. Le mot SIDA est l'abréviation du Syndrome d'Immuno-Déficience Acquise.**
- **Selon les estimations de l'OMS et de l'ONUSIDA, 38 millions de personnes vivaient avec le VIH fin 2019. Environ 23 millions d'entre elles sont en Afrique. Le sida a causé la mort de près de 700 000 personnes.**



La maladie à coronavirus 2019 encore appelée la Covid-19

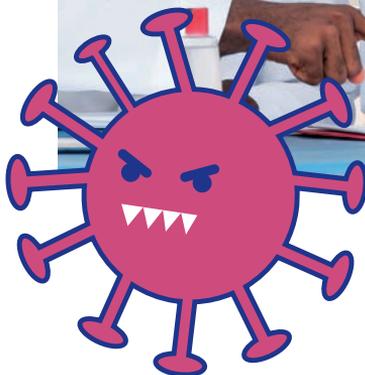
Les coronavirus constituent une famille de virus pouvant être pathogènes pour les humains et les animaux. Chez l'homme, plusieurs coronavirus peuvent provoquer des infections respiratoires plus ou moins graves. Cela va du simple rhume à des troubles plus graves.

En janvier 2020, un nouveau coronavirus a été découvert en Chine, responsable de la maladie à coronavirus 2019 (Covid-19).

Les symptômes de la Covid-19

Les premiers symptômes, comme des maux de tête, une toux sèche ou de la fièvre, apparaissent. La perte du goût et de l'odorat, ainsi que la venue d'irritation de peau, comme de l'urticaire peuvent avoir un lien avec les symptômes du nouveau coronavirus. Dans le cas de ces symptômes, le premier réflexe à avoir est de contacter son médecin. Il pose son diagnostic et oriente le patient pour la suite.

Les professionnels de santé donnent les démarches à suivre ; soit le patient est pris en charge par une ambulance, soit il reste chez lui. Les médecins appellent alors régulièrement le patient pour prendre de ses nouvelles.



Comment le patient est-il pris en charge ?

La prise en charge des patients atteints de la Covid-19 peut se faire à la maison ou en hospitalisation. Quand le patient est admis en hospitalisation, il peut, si cela est nécessaire, être assisté par des appareils respiratoires. Dans les cas les plus graves, un coma artificiel peut être déclenché, suivi d'une intubation. Les patients qui ont subi ce genre de traitements sont surveillés pendant plusieurs jours à l'hôpital, puis retournent chez eux. Cela concerne principalement les personnes à risques. Il faut se rassurer, car 98% des personnes contaminées par le nouveau coronavirus guérissent. Il faudra néanmoins, pour les personnes dont la prise en charge a nécessité une urgence respiratoire, plusieurs semaines pour récupérer. En effet, une fatigue peut être ressentie et la toux peut persister.



Comment se protéger de la COVID-19 ?

En l'absence de mesures de contrôle et de protection, le risque de contamination du coronavirus d'une personne à l'autre est important.

Il est possible de réduire ce risque grâce à des gestes simples (les mesures barrières) :

- se laver très régulièrement les mains avec de l'eau et du savon ou une solution hydroalcoolique. Le lavage tue le virus si celui-ci se trouve sur vos mains ;
- tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir jetable ;
- utiliser uniquement des mouchoirs à usage unique que vous jetez à la poubelle après utilisation ;
- arrêter de serrer la main et de faire la bise pour saluer les autres ;
- ne pas porter ses mains à la bouche, au nez ou aux yeux. Si le virus se trouve sur vos mains, il peut pénétrer dans votre organisme via ces orifices ;
- se tenir à plus d'un mètre d'une personne qui tousse ou qui éternue. Si vous vous tenez à moins d'un mètre, vous pouvez inhaler les gouttelettes contenant le virus (si la personne en est porteuse) ;
- rester chez soi en présence de symptômes caractéristiques de la Covid-19 ;
- se renseigner sur les régions où circulent activement le virus et éviter de s'y rendre ;
- porter un masque dès que vous sortez de la maison ;
- aérer les pièces confinées

Si une personne de votre entourage est infectée, évitez de la côtoyer pendant sa période de quarantaine.

Si vous avez été à son contact, restez confiné chez vous pendant 7 jours ainsi que les personnes avec lesquelles vous avez été vous-même en contact.

Activité avec les enfants



Poser les questions suivantes, la bonne réponse est en vert.

1. L'épilepsie est-elle contagieuse ?

- A. Oui
- B. Non**

2. Quelle maladie peut s'attraper à cause d'un moustique ?

- A. La diarrhée
- B. La Covid-19
- C. Le paludisme**

3. La perte de goût et d'odorat peut être un symptôme de quelle maladie ?

- A. La tuberculose
- B. La Covid-19**
- C. Le VIH Sida



3 Au centre de soins

Nous avons étudié précédemment les différents symptômes et maladies associées à ces symptômes.

L'apparition de symptômes ou une modification du comportement constitue des signaux d'alerte indiquant qu'il faut se rendre au plus tôt au centre de soins pour se faire examiner par un personnel de santé. Le personnel de santé est le seul apte à reconnaître une maladie et à prescrire, si besoin est, les médicaments adaptés pour la soigner.

Il indique également la manière de prendre les médicaments et peut donner des conseils plus généraux pour prévenir l'apparition des maladies par exemple.

LE DÉROULEMENT D'UNE VISITE AU CENTRE DE SOINS

Les antécédents médicaux

S'il dispose du dossier médical ou du carnet de soins du patient, le personnel de santé va commencer par le consulter. Ce document renseignera sur les éventuels problèmes de santé du patient, ainsi que les médicaments qui ont déjà été prescrits : c'est ce qu'on appelle les antécédents médicaux. Ces renseignements pourront l'aider à établir le diagnostic (identifier la maladie) et à prescrire les médicaments les plus appropriés.



ALLER AU CENTRE DE SOINS : UN RÉFLEXE ESSENTIEL !

Voir et savoir reconnaître les symptômes d'une maladie est une première étape indispensable dont la responsabilité appartient aussi à l'entourage du malade. En dehors des symptômes visibles, il faut être attentif à des symptômes moins visibles ou des modifications de comportement, tels qu'une perte de l'appétit, des difficultés pour voir, entendre ou parler, un sommeil agité, des pertes d'attention répétées ou des manifestations répétées de brèves pertes de conscience ... Parfois, la personne qui présente des symptômes ne se rend pas toujours compte ou pense que « cela passera ». C'est alors à l'entourage de prendre la décision d'emmener cette personne au centre de soins.

Les parents d'enfants en bas âge doivent prendre l'initiative de consulter régulièrement un personnel de santé, même en l'absence de symptômes, pour vérifier que l'enfant prend suffisamment de poids, grandit bien, se développe de façon harmonieuse, ainsi que pour lui administrer les vaccins recommandés.

Les questions

Le personnel de santé pose des questions précises aux patients et éventuellement aux personnes qui l'accompagnent, pour recueillir des informations concernant l'apparition et l'évolution des symptômes.

Il est important de bien signaler au personnel de santé tous les symptômes que vous avez remarqués, pour l'aider à détecter de manière précise la maladie dont vous souffrez.

L'examen

Le personnel de santé examine le patient, qui est généralement allongé sur une table d'examen.

Il observe les symptômes visibles que le patient lui a indiqués et touche les zones du corps correspondantes. Il observe d'autres zones du corps pour repérer d'autres symptômes éventuels que le patient n'aurait pas remarqué : il écoute les battements du cœur, la respiration, peut regarder au fond de la gorge, des oreilles, observer les ongles, la peau.

Si le personnel de santé le juge nécessaire, il peut demander des examens complémentaires plus approfondis, comme une prise de sang ou une radiographie (technique permettant de « photographier » le corps humain dans le but d'en observer l'ossature notamment).

Le diagnostic

Après avoir réalisé tous les examens nécessaires, le personnel de santé

établit son diagnostic, c'est-à-dire qu'il identifie la maladie à l'origine des symptômes observés et son niveau de gravité.

La prescription

Le personnel de santé indique aux patients les soins et le traitement qu'il va devoir suivre : le nom des médicaments bien sûr, mais également la manière et le moment de les prendre (avant, pendant ou après les repas), les horaires de prise et la durée du traitement.

Il précise aussi l'évolution probable de la maladie vers la guérison et indique quand le patient doit revenir au centre de soins pendant son traitement, pour un contrôle, une évaluation.

Il doit enfin donner des conseils généraux concernant l'alimentation, le repos, les petits soins éventuels mais aussi des recommandations pour se protéger des maladies. La prescription est généralement reportée sur un document écrit, l'ordonnance, qui doit être lisible. S'il dispose du carnet de soins ou du dossier médical du patient, le personnel de santé pourra aussi y noter les détails de la visite au centre de soins afin de s'y reporter lors d'une prochaine visite. Il est donc important de bien conserver ces documents et de les ramener à chaque visite.

La dose de médicament prescrit ne doit pas être modifiée (augmentée ou diminuée) sans l'avis préalable du personnel de santé.

Chapitre 2

Je dois prendre mes médicaments



Un enfant ne doit jamais décider seul de prendre un médicament. Il doit le faire sur les conseils et avec l'aide d'un adulte.

1 Les différentes formes de médicaments

Les formes des médicaments et la façon dont ils sont administrés sont adaptées pour permettre au médicament d'agir de la meilleure manière possible.

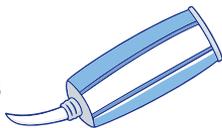
Les sirops

Ce sont des préparations liquides contenant généralement beaucoup de sucre et des arômes afin de leur donner un meilleur goût. Attention, les enfants ne doivent pas les confondre avec des friandises !



Les pommades

Les pommades, crèmes et lotions s'appliquent directement sur la peau. Elles ont le plus souvent une action locale (contre la douleur par exemple).



Les comprimés

Certains doivent être croqués, la plupart s'avalent avec de l'eau. D'autres comprimés sont conçus pour libérer petit à petit leur principe actif dans le tube digestif, afin d'obtenir un effet plus durable.



Les gélules

Il faut toujours avaler une gélule avec son enrobage, sans l'ouvrir. L'enrobage est conçu pour se dissoudre dans l'estomac ou dans l'intestin où le principe actif est libéré et ne présente donc aucun danger.



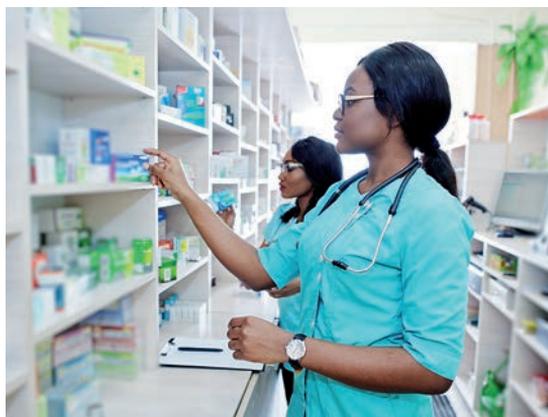
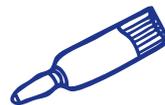
Les poudres et les granulés

Les poudres sont généralement versées et mélangées dans un verre d'eau ou dans la nourriture des jeunes enfants. Les granulés peuvent être, soit avalés directement, soit placés sous la langue, où ils fondent.



Les collyres

Ce sont des liquides destinés au traitement des maladies des yeux et des paupières. Ils s'utilisent en appliquant quelques gouttes seulement dans l'angle de l'œil.





En savoir

La forme d'un médicament s'appelle « forme galénique », en hommage au médecin grec de l'Antiquité Galien.

Le principe actif d'un médicament désigne la molécule qu'il contient et qui a une action thérapeutique.

En plus de ceux déjà évoqués, il existe d'autres formes et modes d'administration des médicaments :

- **les ampoules injectables** sont administrées par injection dans les muscles, sous la peau, dans les veines ou dans les articulations ;
- **les suppositoires**, administrés par voie rectale, permettent l'absorption rapide de certaines substances actives. Ils peuvent être utilisés lorsque l'enfant a du mal à avaler ses comprimés ;
- **les ampoules buvables** et gouttes sont généralement diluées et absorbées dans un demi-verre d'eau ;
- **les gouttes**, administrées par le nez (gouttes nasales) ou dans les oreilles (gouttes auriculaires) ;
- **les collutoires et les aérosols** sont destinés à être appliqués au fond de la bouche pour soigner une infection de la bouche, du larynx ou du pharynx ;
- **les timbres** sont appliqués directement sur la peau pour permettre le passage du principe actif directement dans le sang.

2 Protéger, soulager, guérir



Les médicaments peuvent avoir trois rôles différents :

1. prévenir l'apparition des maladies,
2. soulager la douleur,
3. guérir une maladie déclarée.

La prévention des maladies

Les médicaments préventifs, comme les vaccins ou les sérums, sont utilisés pour éviter qu'une maladie ne se déclare. Ils permettent à l'organisme de fabriquer des défenses spécifiques (anticorps) qui lui évitent par la suite de contracter la maladie.

Administrés de manière systématique à un grand nombre de personnes, ces médicaments préventifs permettent de réduire les risques de contagion et l'apparition d'épidémies. Ainsi, ils ont déjà permis de venir à bout de certaines maladies qui n'existent plus aujourd'hui dans le monde, comme la variole.

Certains vaccins ou sérums sont aujourd'hui administrés partout dans le monde.

C'est le cas des vaccins contre la rougeole, la poliomyélite, la diphtérie, le tétanos, la coqueluche, ou encore la tuberculose. Certains de ces vaccins sont parfois associés dans une même injection comme le vaccin contre la diphtérie, le tétanos et la coqueluche. Dans d'autres cas, il peut être nécessaire de pratiquer plusieurs injections différentes.

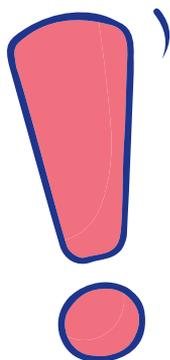
D'autres sont réservés à des régions où le risque d'attraper certaines maladies est plus grand.

Le vaccin anti-amaril contre la fièvre jaune consiste en une seule injection, possible dès l'âge de 9 mois, il est valable à vie.

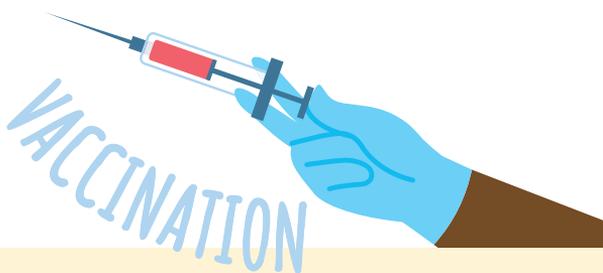
Le vaccin contre le choléra est administré en une seule prise par voie orale. Celui contre la fièvre typhoïde nécessite une première injection intramusculaire, suivie d'un rappel 3 ans après.

Il existe enfin un vaccin combinant la prévention des méningites des groupes A et C, qui protègent l'enfant de plus de 2 ans pendant environ 3 ans. Il y a aussi le vaccin contre la rubéole, particulièrement recommandé pour les femmes en âge de procréer, ou plus récemment celui contre l'hépatite B.

En 2021, suite à la pandémie de la Covid-19, une collaboration inédite naît entre les entreprises du médicament, les autorités de santé et les organisations internationales pour proposer plusieurs vaccins contre la Covid-19 en un temps record. Ces vaccins nécessitent une à deux injections, cela dépend de type de vaccin choisi.



Il est primordial de connaître les risques de la zone où l'on réside, ou bien où l'on se déplace, et de s'informer sur les moyens de prévention à la disposition des populations.



En savoir

Grâce à la vaccination, l'Organisation mondiale de la santé estime que le nombre de décès à l'échelle mondiale dû à la rougeole a diminué de 84 %, passant de 550 100 en 2000 à 89 780 en 2016. Mais entre 2016 et 2019, ce nombre a augmenté de près de 50%. Les experts expliquent que la hausse du nombre de décès s'explique principalement par une vaccination insuffisante des enfants, qui doivent recevoir en temps voulu 2 doses de vaccin.

En dehors des vaccins et des sérums, il existe d'autres formes de médicaments préventifs.

Les anti-allergiques sont administrés à des personnes souffrant d'allergies respiratoires, de la peau ou de l'œil, pour éviter que ces allergies se manifestent.

Les vitamines et les sels minéraux peuvent avoir un rôle préventif sur la santé, en particulier pour les nourrissons, les jeunes enfants et les femmes enceintes.

Par exemple :

- la vitamine A dont l'insuffisance peut provoquer des troubles importants de la vue, voir mener à la cécité ;
- les vitamines B sont impliquées dans de nombreuses fonctions, tels que la production d'énergie et le bon fonctionnement du système nerveux ;
- la vitamine C pour prévenir le scorbut (une maladie qui se manifeste par une fatigue extrême, saignement des gencives, déchaussement des dents...) ;
- la vitamine D et le calcium pour lutter contre les maladies des os ;
- le fer pour remédier à un état de fatigue générale et éviter l'anémie, trouble grave qui affecte notamment le sang, et qui touche en priorité les femmes et les enfants.

Soulager la douleur ou faire disparaître une gêne

Fièvre, maux de tête, de ventre, douleurs articulaires ou musculaires : **certaines maladies peuvent s'accompagner de symptômes douloureux ou gênants que les médicaments peuvent rendre moins pénibles.** Ces médicaments sont généralement administrés par voie orale (gélules, comprimés, sirops...)

Guérir les maladies

C'est le rôle le plus connu des médicaments.

La famille des antibiotiques par exemple, a pour but de combattre les infections en détruisant les microbes qui en sont la cause. Les antibiotiques peuvent être notamment utilisés pour soigner les diarrhées d'origine bactérienne (ce type de diarrhée peut notamment être provoqué par la consommation d'une eau non salubre ou d'aliments contaminés).



Activité avec les enfants



Demandez aux enfants s'ils savent quels médicaments ils ont déjà pris, et indiquer, lorsqu'ils le savent, le rôle qu'ils devraient avoir (prévenir, soulager ou guérir).

3 Bien utiliser les médicaments

Pour qu'un médicament soit efficace et sans danger, il faut absolument respecter quelques principes d'utilisation. L'une des missions du personnel de santé est de renseigner le patient sur la façon dont les médicaments doivent être utilisés.



Toujours respecter la dose et la durée du traitement qui vous ont été indiquées par le personnel de santé.

En prenant une dose inférieure à celle prescrite, le médicament risque d'être inefficace, de sorte que l'on pourrait croire qu'il n'est pas adapté à la maladie à traiter.

Même si l'on a l'impression de ne plus être malade, parce que la fièvre a diminué par exemple, **il faut poursuivre le traitement jusqu'à la fin**, c'est-à-dire respecter la dose et la durée qui vous ont été prescrites, pour éviter une rechute.

Il est faux de penser que l'on guérira plus vite en prenant une dose de médicament supérieure à celle prescrite. Au contraire, cela pourrait être très dangereux.

Le nombre et les horaires des prises indiqués par le personnel de santé sont également très importants. En effet, la plupart des médicaments ont une action limitée dans le temps, il faut donc répéter les prises.

Il existe aussi une façon bien précise de prendre les médicaments, **c'est le mode d'emploi** : les comprimés et gélules par exemple, doivent être pris avec de l'eau. Certains médicaments doivent être pris pendant les repas, d'autres en dehors des repas.

Il ne faut pas hésiter à demander au personnel de santé de vous expliquer et de vous montrer comment utiliser les médicaments pour qu'ils soient efficaces.





Les contre-indications

Il existe des médicaments qui ne peuvent être utilisés chez certaines personnes, en raison de leur âge, de leur état de santé, d'allergies éventuelles ou de la prise d'autres médicaments : **il est essentiel de connaître et de respecter ces contre-indications.**

Certains médicaments sont également déconseillés pour les femmes enceintes ou qui allaitent, car

ils pourraient nuire à l'enfant à naître ou au nourrisson.

Enfin, une maladie peut empêcher l'utilisation de certains médicaments et certains médicaments ne peuvent pas être pris en même temps.

Il est donc important d'informer le personnel de santé de votre état de santé, des médicaments qui vous ont déjà été prescrits, des maladies dont vous souffrez ou avez souffert.

Ne jamais prendre un médicament sans que celui-ci ait été prescrit par le personnel de santé

Des symptômes identiques (fièvre, maux de tête, maux de ventre, vomissements) peuvent cacher des maladies très différentes, ou une maladie proche mais nécessitant un traitement différent.

On ne peut donc pas décider seul de reprendre des médicaments qui nous avaient déjà été prescrits.

De même, **il est dangereux de donner un médicament à une autre personne parce que ses symptômes ressemblent à une maladie que l'on a déjà eue.**

Il ne faut en aucun cas donner à un enfant un médicament qui a été prescrit à un adulte.

Les enfants ont besoin de médicaments qui leur soient adaptés car leurs corps ne fonctionnent pas de la même manière que celui d'un adulte.

Attention, achetez toujours les médicaments vendus dans le circuit officiel du médicament (pharmacie, hôpital, dispensaire). N'achetez jamais des médicaments dans la rue (voir chapitre 3).

Ne jamais laisser les médicaments à portée des jeunes enfants

Les médicaments sont souvent composés de beaucoup de sucre, ou d'arômes fruités qui leur donnent un goût plus agréable. Ils ont parfois aussi des couleurs qui peuvent être attrayantes pour les jeunes enfants.

Il faut donc ranger soigneusement les médicaments hors de la portée des plus jeunes pour qu'ils ne soient pas tentés de les goûter.

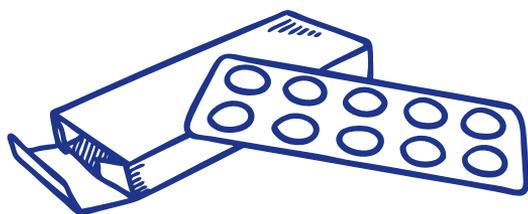


Lorsqu'un médicament a été prescrit à un jeune enfant, un adulte doit veiller à ce qu'il le prenne en respectant la dose et la durée indiquées par le personnel de santé.

Vérifier la date de péremption ou la durée d'utilisation du médicament

Les médicaments ont une durée de vie limitée. La date au-delà de laquelle il ne faut plus consommer ce médicament est indiquée sur la boîte. **Vérifiez toujours qu'un médicament n'est pas périmé avant de le prendre.**

Certaines formes de médicaments (collyres, sirops...), une fois ouvertes, ont une durée d'utilisation courte. Bien veiller à la respecter.



Effets secondaires

La prise de certains médicaments peut parfois s'accompagner de malaises ou de gênes. **Ce sont des effets secondaires qu'il faut signaler au personnel de santé**, qui saura indiquer les mesures à prendre dans ce cas.

En savoir

La notice du médicament est un complément d'information essentiel. Il est important de la lire attentivement avant de prendre le médicament et de la conserver pendant toute la durée du traitement pour pouvoir s'y reporter régulièrement.

Elle indique :

- le nom du médicament, de son fabricant, sa composition ;
- le mode d'emploi du médicament : nombre et horaires de prise, date de péremption, contre-indications, mode d'administration, durée du traitement...
- ses conditions de conservation (par exemple : tenir à l'abri d'une flamme, tenir à l'abri de l'humidité)

Il s'agit d'informations indicatives. **Dans tous les cas, il faut respecter les recommandations formulées par le personnel de santé et inscrites sur l'ordonnance ou le carnet de santé.** Elles peuvent parfois être inscrites directement sur la boîte de médicaments.

Activité avec les enfants



Poser les questions suivantes, la bonne réponse est en bleu.

1. Si je me sens mieux, puis-je arrêter mon traitement avant la fin de la durée prescrite par le médecin ?

- A. Oui
- B. Non**

2. Où se situe la date de péremption du médicament ?

- A. Sur la notice du médicament
- B. Il n'y a pas de date de péremption d'un médicament

C. Sur la boîte

3. J'ai les mêmes symptômes que mon papa, puis-je prendre les mêmes médicaments ?

- A. Oui, il s'agit sûrement de la même maladie

B. Non (les enfants ont besoin de médicaments adaptés à leurs corps, en plus, un même symptôme peut correspondre à une maladie différente !)

Chapitre 3

Je me méfie des faux médicaments



Les médicaments sont des produits bien spécifiques. Pour améliorer leur efficacité et leur sécurité, il est essentiel de respecter un certain nombre de règles. Si les personnels de santé sont formés pour encadrer les populations et les accompagner dans leur traitement, la communauté a également un rôle très important à jouer.

Savoir réagir face à la maladie, respecter les règles d'utilisation des médicaments, connaître les moyens de prévention des maladies, comprendre le circuit officiel du médicament, être conscient des risques liés à l'automédication et au marché illicite des médicaments, sont autant de connaissances à partager, en particulier avec les générations futures, par le biais du dialogue, de l'échange, du partage des idées et des connaissances.

1 Le circuit légal du médicament

Il existe un circuit légal du médicament, depuis sa fabrication jusqu'à son utilisation par le patient, comportant des règles pour assurer l'efficacité et la sécurité des médicaments.

En dehors de ce circuit, il n'existe plus de garantie pour les médicaments. C'est en particulier le cas des médicaments vendus de manière illégale, dans la rue, sur les marchés ou dans les boutiques ne disposant pas d'autorisation.

Les médicaments sont fabriqués par des laboratoires pharmaceutiques

Avant de mettre en vente leurs produits (médicaments) dans un pays, **les laboratoires pharmaceutiques doivent obtenir une autorisation officielle encore appelée autorisation légale.**

C'est cette autorisation qui confirme que le médicament peut être distribué dans un pays.

Par ailleurs, chaque pays dispose, pour les maladies les plus courantes et les plus urgentes, de conditions d'approvisionnement particulières

auprès des fabricants en accord avec l'Organisation mondiale de la santé (OMS).

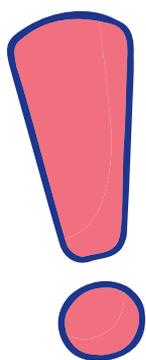
Les médicaments sont ensuite envoyés vers les lieux où ils seront délivrés

À l'hôpital, au centre de soins ou à la pharmacie, le pharmacien ou l'agent de santé sont chargés de délivrer les médicaments prescrits par le personnel de santé.

Dans certaines régions où ces installations sont peu développées, les médicaments peuvent être

exceptionnellement délivrés par des commerçants, à condition qu'ils aient reçu une **autorisation officielle**. Ces lieux sont généralement reconnaissables sous le nom « **dépôts**

de médicaments » et sont autorisés à vendre uniquement les médicaments sur la liste officielle qui leur a été confiée. Ils doivent être contrôlés régulièrement par des pharmaciens.



Médicaments de la rue, attention, danger !

De nombreux vendeurs se procurent des médicaments en toute illégalité pour les revendre dans la rue, dans des boutiques non autorisées, sur des étals de marchés ou dans des commerces ambulants.

Mais le médicament n'est pas un produit comme les autres.

Pour assurer son efficacité et la sécurité des patients, son acheminement et sa délivrance doivent suivre des règles bien précises, que seul le personnel de santé est en mesure d'appliquer.

On peut ainsi trouver dans les marchés de rues ce que l'on appelle des médicaments falsifiés.

Que sont les médicaments falsifiés ?

Selon l'OMS, un médicament contrefait ou falsifié est un médicament qui est délibérément et frauduleusement muni d'une étiquette n'indiquant pas son identité et/ou sa source véritable.

Il peut s'agir d'un produit de marque ou d'un générique. Certains médicaments falsifiés peuvent contenir des principes actifs mais en quantité insuffisante. D'autres ne contiennent aucun principe actif, ou peuvent contenir de mauvais ingrédients dangereux pour la santé.

On parle effectivement de « médicaments falsifiés ». Ce terme est plus large que celui de « contrefaçon », il concerne aussi les médicaments de mauvaise qualité, ou de véritables médicaments qui auraient été transportés par des contrebandiers dans de mauvaises conditions (sous le soleil et la chaleur par exemple), altérant l'efficacité et la sécurité du produit.



2 Pourquoi existe-t-il des médicaments falsifiés (faux médicaments) et quels sont les risques liés à la consommation de faux médicaments ?

Les sources du fléau

Si le phénomène est mondial, 42 % des médicaments de qualité inférieure ou falsifiés circulent en Afrique subsaharienne, 21% en Amérique et 21 % en Europe.

Plusieurs facteurs sont responsables de la prolifération des médicaments de qualité inférieure ou falsifiés, surtout en Afrique subsaharienne.

La faiblesse des systèmes de santé, les difficultés d'accès aux services de santé et aux médicaments de qualité, la pauvreté ont favorisé l'émergence de ce marché parallèle. Peu réprimé, ce marché très lucratif attire de nombreuses organisations criminelles.

De plus, la porosité des frontières, la corruption, l'insuffisance de cadre juridique et de sanctions pénales, l'absence d'une politique de coopération entre les États sont également mis en cause.



5 raisons pour ne pas acheter de médicaments en dehors du circuit officiel

Leur provenance n'est pas clairement identifiée

1

Il peut s'agir de médicaments détournés de leur destination (et qui ont donc circulé dans de mauvaises conditions), de produits périmés, de médicaments contrefaits ou illégalement importés ou encore de vol de médicaments en provenance de dons. Les médicaments falsifiés sont souvent reconditionnés et ré-étiquetés avant d'être vendus. Leur qualité n'est donc pas vérifiée par le personnel de santé et il arrive souvent que, dans les stocks des vendeurs ambulants, se trouvent des médicaments sans principe actif, ou contenant un principe actif différent de celui attendu, des médicaments périmés ou détériorés par des conditions de conservation inadéquates.

3

La notice n'est pas toujours délivrée avec le médicament

Les médicaments, souvent vendus « en vrac » ne sont généralement pas accompagnés de leur notice, ni même de leur boîte. Parfois, des indications sont présentes, mais en langue étrangère. Le patient n'est alors pas en mesure de vérifier le nom du médicament, son indication, ses contre-indications ou même sa date de péremption.

2

Les médicaments vendus ne correspondent pas toujours à ceux indiqués sur la prescription médicale

Le recours à l'automédication (le fait de se soigner seul) va généralement de pair avec l'achat de médicaments sur le marché illégal. Les vendeurs n'ayant pas de formation médicale, ils ne sauront pas indiquer au patient la manière de prendre les médicaments et la durée du traitement. Pire encore, ils risquent de fournir des médicaments qui ne correspondent pas du tout à leurs besoins. vation inadéquates.

4

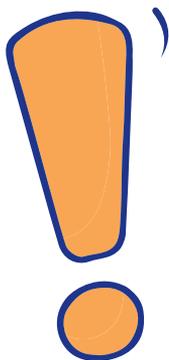
Le coût pour la santé et le porte-monnaie est plus élevé

Parce qu'ils sont souvent vendus à l'unité, les médicaments distribués dans la rue semblent moins chers. En réalité, leur coût est souvent supérieur à ceux vendus dans le circuit officiel. De plus, ces médicaments sont souvent inefficaces, voire dangereux, les acheter revient à gaspiller son argent.

5

Ils présentent des risques pour le malade... mais aussi pour l'ensemble de la communauté

La consommation de médicaments illicites peut provoquer une aggravation de l'état de santé, pouvant aller jusqu'à la mort. De plus, les bactéries à l'origine des maladies deviennent plus résistantes, si ces maladies ne sont pas soignées à l'aide de traitements appropriés. Il devient alors plus difficile de soigner la maladie, et ce, même avec des médicaments de qualité.



L'OMS a mené des études d'impact sur ce point en 2017, sur la base de plusieurs centaines d'études scientifiques. Les résultats sont éloquentes : les médicaments falsifiés seraient responsables chaque année d'au moins 170 000 décès par pneumonie infantile et 150 000 décès par paludisme chez les enfants de moins de 5 ans vivant en Afrique sub-saharienne !

3 Reconnaître les vrais des faux médicaments

Vu l'ingéniosité et le savoir-faire des contrefacteurs, il n'est pas toujours évident pour les professionnels de la santé (médecins, pharmaciens et autres) et encore moins pour les patients, de distinguer le vrai médicament du faux.

Quels sont les médicaments les plus souvent contrefaits ?

Les antipaludiques et les antibiotiques comptent parmi les produits médicaux de qualité inférieure et falsifiés les plus souvent signalés (12% de saisies dans le monde). Globalement, l'OMS rapporte que 60% des médicaments antipaludéens, vendus dans le monde seraient des faux médicaments et les spécialistes estiment que si tous les

patients recevaient le bon traitement, le nombre annuel de décès pourrait diminuer de près de 300 000 cas/an. Suite à l'absence du traitement adéquat, on a également observé des phénomènes de résistances aux traitements antipaludéens.

Les médicaments luttant contre les dysfonctionnements érectiles (le Viagra notamment) sont les médicaments les plus contrefaits

au monde (en 2010, il représentait 57% des saisies !), et les médicaments contraceptifs également.

Les médicaments du « moment » ou médiatisés : les médicaments étant fortement médiatisés font l'objet de nombreuses contrefaçons. C'est le cas depuis début 2020 avec les médicaments permettant de lutter contre la Covid-19, notamment la chloroquine.

Comment se protéger ?

Au Cameroun par exemple, on estime qu'environ 40% des médicaments en circulation sont faux.

Les professionnels de la santé recommandent aux patients un certain nombre de précautions pour réduire le risque d'acheter des médicaments de mauvaise qualité :

1. acheter son médicament en pharmacie et nulle part ailleurs ;
2. regarder attentivement le conditionnement, l'aspect et le logo du produit.
Au Cameroun, la notice doit être obligatoirement écrite en français ou en anglais. Si vous voyez une langue étrangère, le médicament est certainement issu d'un trafic ;
3. vérifier les dates de fabrication et de péremption ;
4. comparer le prix avec celui des produits que vous avez l'habitude d'acheter ou celui pratiqué chez des vendeurs reconnus. S'il est nettement inférieur, il peut s'agir d'une contrefaçon.



Quand bien même un médicament serait de bonne qualité au départ, le simple fait qu'il soit conservé et manipulé dans des conditions non adéquates dans la rue fait de lui un mauvais médicament.



Activité avec les enfants



Donner la bonne réponse
(en jaune ci-dessous)

1. Je dois aller acheter des médicaments, où puis-je me rendre ?
(Plusieurs bonnes réponses)

- A. *À l'hôpital*
- B. Au marché
- C. *À la pharmacie*

2. Comment savoir si le médicament est falsifié ou non ?

- A. Je prends le médicament, et j'attends de voir s'il fait effet ou non
- B. *Je vérifie que la boîte est bien scellée, comporte la notice, le logo, que la langue est celle du pays dans lequel je me situe*
- C. S'il m'a été confié par un ami, c'est qu'il est forcément vrai

3. Quels sont les risques liés à la prise d'un médicament falsifié ?

- A. *Ne pas être guéri de ma maladie*
- B. *Je peux tomber encore plus malade qu'avant*
- C. *Dans les situations les plus graves, le médicament falsifié tue*



Glossaire

Administrer

Action de donner des médicaments à un patient selon un mode d'emploi bien précis (nombre de médicaments, horaires de prise, durée du traitement, etc.).

Allergies

C'est une réaction du système immunitaire de l'organisme à une substance qui peut être d'origines très variées (aliments, animaux, pollens, médicaments). Les symptômes peuvent se manifester de différentes façons : voie respiratoire (difficultés à respirer), voie oculaire (larmes), voie cutanée (gonflements, rougeurs), étternuements... Il existe des médicaments qui calment les crises d'allergies.

Anémie

L'anémie se caractérise par une diminution des globules rouges et de l'hémoglobine dans le sang. Elle peut être le résultat d'une carence alimentaire. L'anémie se manifeste par une grande fatigue, une pâleur de la peau, des maux de tête, des vertiges, une sensation de soif...

Antibiotiques : Il s'agit d'une famille de médicaments qui agit de manière ciblée, pour empêcher la prolifération des bactéries. Les antibiotiques n'ont aucune utilité pour lutter contre les maladies provoquées par un virus. Automédication : C'est l'action de prendre seul des médicaments pour se soigner

sans recourir à un personnel de santé.

Bactérie

Les bactéries sont de minuscules êtres vivants composés d'une seule cellule. Certaines bactéries sont des microbes et provoquent des maladies. D'autres sont très utiles à l'homme. Elles sont présentes dans l'air, sur le sol, la peau, dans l'eau.

Cellule

Unité de base de tous les organismes vivants. Dans le corps humain on compte entre 60 000 et 100 000 milliards de cellules.

Contagion

Transmission d'une maladie d'une personne à une autre, par contact direct ou indirect. Contre-indications : Liste des cas où la consommation d'un médicament est déconseillée, par exemple, pour les personnes souffrant de certaines maladies, ou en association avec d'autres médicaments pris en même temps. Les contre-indications sont prises en compte par les personnels de santé lors de la prescription des médicaments. Elles sont également inscrites sur la notice qui accompagne le médicament.

Contrefaçon

Ce sont des imitations de médicaments, interdites et illégales, qui ne contiennent souvent pas de principe actif et n'ont donc aucune efficacité pour soigner une maladie.

Parce que leur origine est souvent mal identifiée et qu'elle ne s'accompagne d'aucune prescription d'un personnel de santé, leur consommation peut s'avérer très dangereuse.

Date de péremption

Date au-delà de laquelle la consommation du médicament n'est plus conseillée. Diagnostic : Identification d'une maladie à partir de l'observation de ses symptômes et d'un examen médical.

Déficit immunitaire

Insuffisance des défenses naturelles de l'organisme. En cas de déficit immunitaire, le patient est plus fragile et tombe plus facilement malade.

Délivrance des médicaments

Remise par un personnel de santé, généralement le pharmacien, des médicaments prescrits.

Dénutrition

État où les apports nutritifs sont insuffisants par rapport aux besoins de l'organisme. La dénutrition mène à une dégradation de l'état de santé général pouvant aller jusqu'à la mort.

Dépistage

Recherche des signes de la présence d'une maladie, avant qu'elle ne se déclare. Le dépistage permet de pouvoir prendre en charge la maladie au plus tôt pour la soigner le plus efficacement possible.

Déshydratation

Insuffisance de la quantité d'eau contenue dans l'organisme.

Épidémie

Propagation d'une maladie à un grand nombre de personnes, par un phénomène de contagion.

Forme galénique

Elle désigne la forme d'un médicament. Celle-ci est adaptée afin de permettre une efficacité maximum du principe actif du médicament.

Génériques

Un médicament générique est la copie exacte d'un médicament dont le brevet, détenu à l'origine par le laboratoire qui l'a inventé, est arrivé à échéance. Ce médicament appartient alors au domaine public et peut être fabriqué et commercialisé par d'autres laboratoires, sous un autre nom. Il conserve la même composition et les mêmes actifs que le médicament d'origine.

Médicaments illicites

Des médicaments distribués dans la rue, sur les marchés, hors des circuits légaux, ils proviennent souvent d'un vol et peuvent être périmés et par conséquent dangereux pour la santé.

Médicaments falsifiés

Selon l'OMS Produits médicaux dont l'identité, la composition ou la source est représentée de façon

trompeuse, que ce soit délibérément ou frauduleusement.

Microbe

Micro-organisme (virus, bactérie ou parasite) qui cause une maladie.

Ordonnance

Document sur lequel est consigné la prescription détaillée du personnel de santé (nom des médicaments, durée du traitement, horaires de prise). L'ordonnance est présentée au pharmacien lors de la délivrance des médicaments.

Personnel de santé

Toute personne qui administre des soins dans une formation sanitaire ou dans une pharmacie.

Posologie

Dose de médicament prescrit par le personnel de santé, et qu'il convient de respecter parfaitement pour assurer l'efficacité du traitement et la sécurité du patient. La posologie est étudiée en fonction de nombreux facteurs tels que le poids, l'âge, les antécédents médicaux, la prise d'autres médicaments.

Prescription

Action qui consiste pour un personnel de santé à définir le traitement et les soins à suivre par le patient. La prescription peut être inscrite sur une ordonnance, à présenter lors de la délivrance des médicaments.

Seuls les personnels de santé sont habilités à prescrire.

Principe actif

Substance responsable de l'action d'un médicament. Chaque médicament est composé d'un (ou plusieurs) principe(s) actif(s) différent(s) qui joue(nt) un rôle bien précis vers la guérison.

Symptôme

Trouble, gêne, douleur, signe inhabituel annonciateur d'une maladie. Les symptômes se manifestent avant l'apparition de la maladie elle-même, mais aussi au cours de son évolution. L'observation des symptômes permet au personnel de santé d'identifier une maladie éventuelle.

Système immunitaire

Ensemble de cellules destinées à défendre l'organisme contre les maladies.

Virus

Micro-organisme qui pénètre dans la cellule et l'utilise pour se multiplier et contaminer d'autres cellules au sein de l'organisme. Des maladies comme le Sida par exemple sont provoquées par des virus.

leem

www.leem.org

Retrouvez-nous

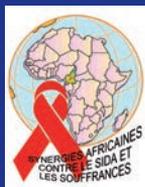
 facebook.com/lemedicamentetmoi

 [@LeemFrance](https://twitter.com/LeemFrance)

 [Leem](https://in.leem)

 [lemedicamentetmoi](https://instagram.com/lemedicamentetmoi)

58 Boulevard Gouvion Saint Cyr
Paris 17^e



[www.
synergiesafriques.
org](http://www.synergiesafriques.org)

Retrouvez-nous

 facebook.com/synergiesafriques

 [@SynergiesAf](https://twitter.com/SynergiesAf)

B.P. 3526 Yaoundé
contact@synergiesafriques.org