UNIVERSITE TOULOUSE III PAUL SABATIER FACULTE DES SCIENCES PHARMACEUTIQUES

ANNEE : 2014 THESES 2014 TOU3 2123

THESE

POUR LE DIPLOME D'ETAT DE DOCTEUR EN PHARMACIE

Présentée et soutenue publiquement

Par

ANDRES XAVIER

PATHOLOGIE HIVERNALE ET CONSEIL EN OFFICINE : LE RHUME

19 Décembre 2014

Directeur de thèse : AMOUROUX Noël

JURY

Président : CAMPISTRON Gérard

1er assesseur : BOUTET Elisa 2ème assesseur : AMOUROUX Noël

UNIVERSITE TOULOUSE III PAUL SABATIER FACULTE DES SCIENCES PHARMACEUTIQUES

ANNEE : 2014 THESES 2014 TOU3 2123

THESE

POUR LE DIPLOME D'ETAT DE DOCTEUR EN PHARMACIE

Présentée et soutenue publiquement

Par

ANDRES XAVIER

PATHOLOGIE HIVERNALE ET CONSEIL EN OFFICINE : LE RHUME

19 Décembre 2014

Directeur de thèse : AMOUROUX Noël

JURY

Président : CAMPISTRON Gérard

1er assesseur : BOUTET Elisa 2ème assesseur : AMOUROUX Noël

REMERCIEMENTS

A chacun des membres de notre jury de thèse,

A notre Président de thèse, Monsieur le Professeur Gérard CAMPISTRON,

Vous nous faites l'honneur d'accepter la présidence de cette thèse. Veuillez trouver ici toute notre gratitude et notre grande considération.

A Madame Elisa BOUTET,

Merci d'avoir accepté sans réserve de rejoindre ce jury. Nous vous exprimons notre plus grand respect.

A notre Directeur de thèse, Monsieur Noël AMOUROUX,

Vous nous faites l'honneur d'accepter de juger ce travail. Merci pour votre disponibilité ainsi que pour le temps accordé à la direction de cette thèse. Soyez assuré de notre admiration et de notre grande reconnaissance.

REMERCIEMENTS

A toutes les personnes qui ont participé directement ou indirectement à ce travail.

A l'équipe officinale de la pharmacie Amouroux, pour votre bonne humeur et cette ambiance de travail si agréable : merci à Mme Amouroux, Mr Amouroux, Sandrine, Dominique, Anaïs et Séverine.

A ma famille, ma maman qui a toujours cru en moi, Patrick, Sylvain, Graziella, Chiara, et mes grand parents, pour tout ce que vous m'apportez.

Pour mes amis de «toujours» qui savent être présents aussi bien dans les bons moments que dans les moments difficiles:

A Virginie (merci pour les corrections), Nicolas, ainsi que vos 2 petits anges Thomas et Nolan,

A Casimir et Carole,

A Gégé et Elodie,

A Cindy et Mathieu et votre magnifique petit bout Mahé.

Merci à vous

A Elodie...

ABREVIATIONS	- 9 -
1 INTRODUCTION	- 10 -
PARTIE 1 PHYSIOPATHOLOGIE DU RHUME	- 12 -
2 UNE MALADIE INFLAMMATOIRE [1]	- 13 -
2.1 IRRITATION DE LA MUQUEUSE [1]; [2]	13 -
2.2 CONDITIONS FAVORABLES AU DEVELOPPEMENT DE L'INFECTION [3]	
2.3 INFECTION CONTAGIEUSE [1]	14 -
3 LE DEVELOPPEMENT DU RHUME	- 14 -
3.1 TROIS PHASES SUCCESSIVES [2]; [4]	14 -
3.2 INFECTION DE LA MUQUEUSE [2]; [4]	15 -
3.3 FACTEURS FAVORISANT DES RHINITES VIRALES [1]; [2]; [4]	
4 LES AGENTS INFECTUEUX DU RHUME	- 17 -
4.1 LE SYSTEME DEFENSIF [1]; [2]	17 -
4.2 LA REPARTITION DES RHINITES PAR VIRUS [1]; [2]	
4.3 LES FAMILLES DE VIRUS [1]	19 -
4.3.1 Adénovirus	19 -
4.3.2 Coxsackievirus A/B	19 -
4.3.3 Coronavirus	19 -
4.3.4 Influenza	
4.3.5 Parainfluenza	21 -
4.3.6 Virus respiratoire syncitial	21 -
4.3.7 Rhinovirus	
4.4 LES DEFENSES DE L'HOTE	22 -
4.5 LA DEFENSE ASPECIFIQUE PASSIVE [2]	
4.6 LA REACTION INFLAMMATOIRE (ASPECIFIQUE ET ACTIVE) [2]	
4.7 LA REPONSE IMMUNITAIRE (SPECIFIQUE ET ACTIVE) [2]	
4.8 LES SIGNES CLINIQUES ET BIOLOGIQUES [3]; [2]	
4.9 LE DIANOSTIC DU RHUME [3]	27 -
PARTIE 2 MEDICATION OFFICINALE	- 28 -
5 LE TRAITEMENT HOMEOPATHIQUE [4]; [5]	- 29 -

	5.1 SPECIALITES HOMEOPATHIQUES	29 -
	5.1.1 CORYZALIA® comprimé orodispersible [6]	30 -
	5.1.2 OSCILLOCOCCINUM® globule [6]	30 -
	5.1.3 MERCUR SOL COMPLEXE N°39® LEHNING [7]	31 -
	5.1.4 SINUSPAX® comprimé [8]	32 -
	5.1.5 L52® solution buvable en gouttes [7]	32 -
	5.1.6 Infludo® solution buvable en gouttes [8]	33 -
	5.2 TRAITEMENTS UNITAIRES HOMEOPATIQUE [4]; [5]	34 -
	5.2.1 Choix du traitement homéopathique unitaire	
	5.3 TRAITEMENTS PREVENTIFS [4]; [5]; [9]	37 -
6	6 LE TRAITEMENT ALLOPATHIQUE	- 38 -
U	6.1 CONTENANT UN VASOCONSTRICTEUR [10]; [11]; [12]	
	6.1.1 Médicaments contenant de la pseudo-éphédrine	
	6.1.2 Effets secondaires	
	6.1.3 Pharmacocinétique	
	6.1.4 Mécanisme d'action	
	6.1.5 Action cardio vasculaire	
	6.1.6 Autres actions	
	6.1.7 Interaction	
	6.1.8 Surdosage	
	6.1.9 Contre-indications	
	6.1.10 Epidémiologie	44 -
	6.2 CONTENANT UN ANTIHISTAMINIQUE [13]; [10]; [12]	45 -
	6.2.1 Effets indésirables	45 -
	6.2.2 Contre-indications	46 -
	6.2.3 Médicaments contenant un antihistaminique	46 -
	6.3 CHOIX DU TRAITEMENT ALLOPATHIQUE	48 -
7	7 LE TRAITEMENT PHYTOTHERAPIQUE [15]; [16]; [17];	[18] - 49 -
•	7.1 LES HUILES ESSENTIELLES ADMINISTREES PAR PLUSIEUI	- -
	7.1 LES HOILES ESSENTIELLES ADMINISTREES PAR PLOSIEUR 7.2 PRECAUTION D'EMPLOI DES HUILES ESSENTIELLES	
	7.3 LES HUILES ESSENTIELLES UNITAIRES	
	7.5 LESTIBLES ESSENTILLES UNITAINES	30 -
8	8 LES EAUX DE MER ET LE SERUM PHYSIOLOGIQUE [1	
	8.1 SERUM PHYSIOLOGIQUE	
	8.2 EAU DE MER ISOTONIQUE	
	8.2.1 Eau de mer hypertonique	52 -
	8.2.2 Eau de mer et additif fluidifiant	53 -
	8.2.3 Fau de mer enrichie	- 53 -

8.2.4 Choix du soluté d'eau de mer	53 -
8.2.5 Mode d'utilisation	54 -
8.2.6 Comment laver le nez de son bébé?	55 -
9 LES GOUTTES NASALES [10]; [19]; [11]	- 58 -
9.1 GOUTTES ANTISEPTIQUES	58 -
9.2 GOUTTES ANTIVIRALES	
9.3 GOUTTES AVEC VASOCONSTRICTEURS LOCAUX	59 -
	- 63 -
10.1 PRECAUTIONS A PRENDRE	63 -
10.2 SEANCE D'INHALATION	
10.3 SPECIALITES DISPONIBLES	64 -
11 LES VITAMINES [20]; [22]; [23]	- 66 -
11.1 VITAMINE C	
11.2 COMPLEXES POLYVITAMINIQUES	
11.2.1 Exemples de spécialités	
11.2.2 Exemples de composition de complexes polyvitaminiques	
	- 71 -
12.1 LES SIGNES QUI DOIVENT ALERTER 12.2 COMPLICATION AU COURS D'UNE RHINITE VIRALE	
	12 -
13 CONSEILS HYGIENO-DIETETIQUES [18]; [13]; [9]	- 73 -
14 CAS PARTICULIER	- 75 -
14.1 PATIENT AVEC UNE PATHOLOGIE CARDIAQUE	
14.2 PATIENT DE PLUS DE 65 ANS	
14.3 FEMME ENCEINTE, ET ALLAITANTE	
14.4 L'ENFANT	76 -
PARTIE 3 ENCADREMENT DU CONSEIL	- 77 -
45 METHODOLOGIE DE LA VENTE CONOCIL FOAT	=0
15 METHODOLOGIE DE LA VENTE CONSEIL [24]	- 78 -
15.1 LA REFORMULATION	
2 2/2 2	- 79 -
16.1 L'IMPRESSION DE VENTE FORCEE	
16.2 LA CRAINTE DU REFUS DU CLIENT	79 -

16.3 LA ROUTINE	80 -
16.4 LA MAUVAISE CONNAISSANCE DES PRODUITS	80 -
17 ENCADREMENT DU CONSEIL	- 80 -
17.1 DEMARCHE A.C.R.O.P.O.L.E [25]	81 -
17.1.1 ACCUEILLIR	82 -
17.1.2 COLLECTER	82 -
17.1.3 RECHERCHER	82 -
17.1.4 ORDONNER	83 -
17.1.5 PRÉCONISER	83 -
17.1.6 OPTIMISER	83 -
17.1.7 LIBELLER	
17.1.8 ENTÉRINER	
17.2 AUTOMEDICATION [26]; [27]; [30]; [31]	
17.3 EXEMPLE DE DYSFONCTIONNENT LORS D'UN CONSEIL	
17.3.1 Description de la délivrance	85 -
18 REDACTION D'UNE FICHE PATHOLOGIE [29]; [30]	- 88 -
18.1 EXEMPLE D'UNE FICHE PATHOLOGIE SUR LE RHUME	89 -
18.2 REDACTION D'UNE FICHE PRODUIT CONSEIL [29]; [30]	90 -
18.2.1 Exemple d'une fiche produit conseil : Fervex®	
18.2.2 Exemple d'une fiche produit conseil : Dolirhume®	91 -
18.2.3 Exemple d'une fiche pathologie et médicament conseil	92 -
a) Eau de mer isotonique	92 -
b) Eau de mer hypertonique	92 -
c) Gouttes nasales	93 -
d) Inhalation	93 -
e) Eau de mer + Soufre	93 -
f) Eau de mer + Cuivre	<u> </u>
g) Pommades	
h) Vasoconstricteurs	
i) Antihistaminiques	
j) Antihistaminiques + Vasoconstricteurs	Erreur ! Signet non défini.
19 CONCLUSION	- 97 -
BIBLIOGRAPHIE	- 98 -
TABLES DES ILLUSTRATIONS	- 101 -
LISTES DES TABLEAUX	101 -
LISTES DE EIGURES	- 102 -

ANNEXE – CAHIER PRATIQUE A L'USAGE DE L'EQUIPE OFFICINALE : TOUT SAVOIR SUR LE RHUME - 103 -

ABREVIATIONS

AJR : Apports Journaliers Recommandés

AINS : Anti Inflammatoires Non Stéroïdiens

AMM : Autorisation de Mise sur le Marché

ANSM : Agence Nationale de Sécurité du Médicament et des produits de santé

FDA: Food and Drug Administration

IMAO: Inhibiteur de la Monoamine Oxydase

PMO: Prescription Médicale Obligatoire

OMS : Organisation Mondiale de la Santé

ORL : Oto-Rhino-Laryngologie

1 INTRODUCTION

Le conseil officinal est au cœur du métier du pharmacien d'officine.

Dans l'exercice quotidien du métier de pharmacien officinal, nous sommes souvent confrontés aux plaintes des patients face à une pathologie telle que le rhume.

Ces maux d'automne et d'hiver ne doivent pas être pris à la légère, il faut savoir analyser les symptômes du patient, et savoir détecter les signes d'alerte qui justifient une consultation médicale. Ce n'est qu'après cette étape que le pharmacien décidera ou non de délivrer un traitement adapté à la symptomatologie, en tenant compte d'une éventuelle automédication ou d'un autre traitement médical en cours.

De nombreux traitements sont disponibles sur le marché, mais lesquels choisir?

Une bonne connaissance de la composition des médicaments est nécessaire mais il faut également avoir des notions de clinique.

C'est pourquoi ce travail effectue un descriptif du rhume, en s'appuyant sur, l'étiologie, la clinique et les complications possibles. Tous ces points sont abordés pour permettre au pharmacien de délivrer un traitement le plus compatible au patient, tout en gardant un esprit critique pour les situations pathologiques nécessitant une consultation médicale.

Pour bien choisir le traitement qui sera le mieux adapté au patient, le pharmacien doit connaître les différents choix de thérapeutiques qui sont à sa disposition, ainsi que leur indication précise. Dans ce but, nous verrons les traitements disponibles en homéopathie, les traitements allopathiques, les traitements phytothérapiques, sans oublier les soins locaux qui sont prioritaires dans le traitement du rhume.

Pour chaque médicament délivré, l'indication, la posologie, et les contreindications du produit sont à rappeler au patient. Un bon conseil ne se mesure pas au nombre de produits délivrés mais à une bonne argumentation justifiant l'utilisation de chacun des produits, ceci renforcera la confiance du patient.

Pour ce faire, nous avons élaboré des arbres décisionnels d'aide à la délivrance d'un traitement conseil sur le rhume en fonction des symptômes ainsi que des fiches produits, et pathologies.

INTRODUCTION

Pour faire un bon conseil, nous devons savoir comment communiquer avec le patient pour le sensibiliser sur les informations importantes, et lui renvoyer une image de professionnel de santé. Savoir communiquer n'est pas une chose innée, et cela s'apprend notamment grâce à la démarche A.C.R.O.P.O.L.E, qui reprend tous les points importants pour réussir son conseil.

L'objectif de cette thèse est de démontrer que nous, pharmaciens, avons un rôle essentiel à jouer même pour une pathologie aussi simple que le rhume, et que nous sommes responsables de l'image de professionnel de santé que le patient a de nous.

J'ai pris mon rhume en grippe

Citation de Sacha Guitry, artiste (1885-1957)

PARTIE 1 PHYSIOPATHOLOGIE DU RHUME

L'étude des signes cliniques et biologiques du rhume permet d'envisager les mécanismes par lesquels un traitement pourrait rétablir les fonctions normales des voies respiratoires supérieures, et soulager les symptômes du patient.

Le rhume, ou rhinite infectieuse est une maladie inflammatoire qui touche les voies respiratoires supérieures et en particulier les muqueuses nasales et/ou les sinus.

Le rhume est toujours dû à une infection d'origine virale, mais qui peut se compliquer, et évoluer en une surinfection bactérienne.

Dans cette thèse, seules les rhinites d'origine infectieuse seront étudiées.

Un rhume de cerveau fait bien plus souffrir qu'une idée

Citation de Jules Renard, écrivain (1864-1910)

2 UNE MALADIE INFLAMMATOIRE [1]

Un rhume peut être induit par différents processus pathologiques qui aboutissent à la même pathologie, mais qui n'ont pas les mêmes causes.

Les infections peuvent être induites par différents processus pathologiques.

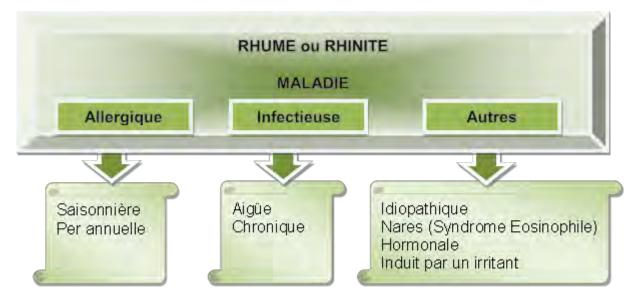


Figure 1: Rhume –maladie inflammatoire

2.1 IRRITATION DE LA MUQUEUSE [1]; [2]

La plupart des agents responsables du rhume sont des virus qui s'attaquent aux fosses nasales et aux sinus. Les fosses nasales et les sinus sécrètent continuellement un liquide qui maintient l'humidité de la muqueuse. Ce liquide empêche l'entrée d'agents infectieux, il humidifie et il réchauffe l'air inspiré. Le liquide est ainsi transporté par des cils qui conduisent le mucus le long de l'arbre respiratoire supérieur.

Lorsque la muqueuse est irritée sous l'action de virus, elle gonfle et augmente sa sécrétion de liquide pour tenter d'éliminer le virus. Elle diminue de ce fait l'espace libre dédié à l'écoulement de mucus. De ce fait, elle provoque l'apparition du rhume par obstruction des voies respiratoires de la région nasale en entrainant une gêne désagréable pour le patient.

2.2 CONDITIONS FAVORABLES AU DEVELOPPEMENT DE L'INFECTION [3]

Le froid, l'humidité ou une atmosphère trop sèche, un état de fatigue intense, une carence en vitamines A, C, D ou un état de stress peuvent affaiblir les défenses

immunitaires des muqueuses du nez et des sinus, favorisant ainsi l'apparition d'un rhume.

Notons qu'il ne s'agit pas du froid, par lui-même, qui est responsable du rhume mais bien les virus. Le froid favorise le développement d'un virus en particulier en affaiblissant le système immunitaire, contrairement à la croyance populaire.

2.3 INFECTION CONTAGIEUSE [1]

Le rhume est une infection très contagieuse qui se propage par les éternuements ou la toux (transmission par de fines gouttelettes) ou parfois même lors d'une simple poignée de main de façon indirecte par passage de virus contenu dans les gouttelettes que l'on retrouve sur les mains après un éternuement par exemple.

C'est un rhume obstiné, sans doute

Citation de Molière, écrivain (1622-1673)

3 LE DEVELOPPEMENT DU RHUME

3.1 TROIS PHASES SUCCESSIVES [2]; [4]

Le rhume évolue en trois phases successives. La première phase est la phase d'installation. La phase de production lui succède et la phase de maturation termine le processus des trois phases.

La plupart du temps, le rhume est une maladie bénigne d'une durée de 7 à 10 jours.

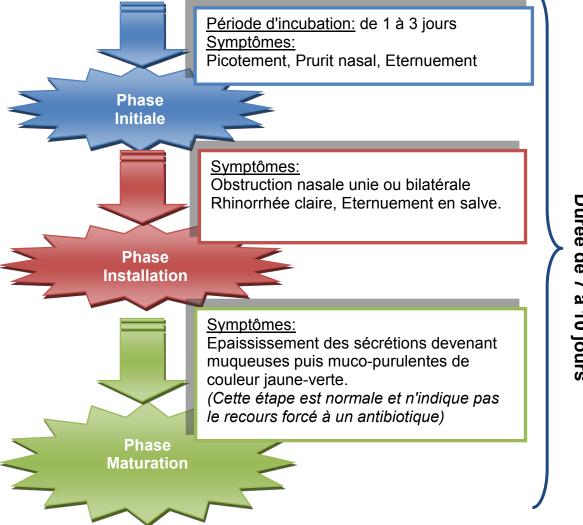


Figure 2 : les trois phases successives du Rhume

INFECTION DE LA MUQUEUSE [2]; [4]

L'œdème muqueux et la viscosité de l'exsudat peuvent être à l'origine d'une obstruction des cavités nasales, des sinus ou des trompes d'eustache conduisant à des surinfections bactériennes suppurées.

L'étude de Gwaltney, en réalisant systématiquement un examen tomodensitométrique des sinus chez les patients atteints de rhinopharyngé d'origine virale, a constaté la présence d'un épaississement mugueux diffus chez 95% des patients. Cette anomalie a persisté pendant plusieurs semaines. Les résultats de Gwaltney mettent en évidence que lors d'une infection virale, toutes les muqueuses nasosinusiennes sont atteintes de la même manière.

Les infections bactériennes sont plus courantes en cas de :

- Rhinosinusite compliquée;
- Terrains particuliers tels que: sujet âgé, hémopathie, immunodépression;
- Présence d'un foyer dentaire;
- Association d'un début plus ou moins brutal avec une persistance des symptômes supérieure à 3 jours malgré un traitement symptomatique et antipyrétique.

3.3 FACTEURS FAVORISANT DES RHINITES VIRALES [1]; [2]; [4]

En fonction de la nature du facteur, le développement d'une rhinite virale augmentera et aura une incidence sur l'infection de la muqueuse. Les facteurs qui favorisent des rhinites virales sont présentés dans le tableau 1.

Tableau 1 : Facteurs favorisant des rhinites virales [1]

DEVELOPPEMENT DE RHINITE VIRALE			
RISQUES	FACTEURS FAVORISANTS		
M Z D	Environnement	Température élevée	Incidence & Sévérité
EN DIMINUTION		Température, humidité et ventilation idéale	Incidence
4	pH des sécrétions	Acide	Incidence (Rhinovirus)
	Saisons	Hiver Automne	Incidence
т	Environnement	Humidité élevée Humidité réduite	Incidence
EN AUGMENTATION	lmmunité locale ou générale	Hypogammaglobulinémie	Incidence
ENT	Vitamines	Hypovitaminoses A, C et D	Incidence
ATION	Maladies systémiques	Insuffisance rénale ou Hépatique Diabète Hémopathies Tuberculose	Incidence & Sévérité
7	Inflammation	Adénoïdite Amygdalite	Incidence

chronique régionale	Sinusite	
Anomalies	Déviation septale	Non définie
architecturales des	Hypertrophie turbinale	
fosses nasales	Végétation	
	Adénoïdes	
	Polypes	

4 LES AGENTS INFECTUEUX DU RHUME

4.1 LE SYSTEME DEFENSIF [1]; [2]

Les infections virales sont considérées comme étant les plus fréquentes et comme inévitables dans la vie d'un individu. Les infections virales provoquent des lésions de l'épithélium bronchique, et obstruent les voies aériennes en favorisant les survenues de surinfections bactériennes essentiellement par le pneumocoque, les staphylocoques, et les Haemophilus qui compliquent le rhume et nécessitent le recourt à des antibiotiques prescrits par le médecin.

Les virus sont les agents infectieux. Ils dépendent de la cellule hôte pour leur réplication. Ce sont donc des parasites intracellulaires obligatoires. Les virus sont classés en fonction de la nature de leur acide nucléique (ADN, ou ARN), de la forme de leur capside. Seules quelques espèces de virus sont pathogènes pour l'homme sur les plus de 400 espèces virales connues chez l'homme.

Les virus provoquent des lésions des cellules hôtes en pénétrant la cellule, et en se répliquant au dépend de l'hôte. La pénétration dans la cellule hôte se produit grâce à la présence de protéines de surface virales spécifiques aux récepteurs protéiniques situés sur la surface de certaines cellules ce qui leur donne un tropisme plus ou moins spécifique selon les virus.

Les infections virales provoquent la synthèse des anticorps qui vont bloquer l'adhésion virale, la pénétration ou la décapsidation. Cependant cette protection est inefficace au vu de la grande variation génétique de nombreux virus tel que le rhinovirus. Ce phénomène explique le fait que l'on puisse souffrir de plusieurs infections qui donneront les mêmes symptômes sur une courte période.

Chaque personne inhale environ 10000 micro-organismes chaque jour dont certains sont potentiellement pathogènes. La majorité des micro-organismes inhalés

sont captés par le tapis muco-ciliaire des voies aériennes supérieures. Les microorganismes inhalés qui arrivent jusqu'à la trachée sont expectorés, ou sont régurgités et détruits dans la gorge. Seuls les agents inférieurs à 5µm peuvent atteindre les alvéoles pulmonaires, et ils seront détruits par les macrophages ou les polynucléaires neutrophiles. Ce système de défense est très efficace pour lutter contre les microorganismes, mais il n'est pas infaillible.

Ce système dépend de l'état du tapis muco-ciliaire qui peut être altéré par le tabac, des sécrétions muqueuses abondantes, ou des remontées du contenu gastrique, en inhibant les mouvements des cils qui permettent la remontée du mucus.

4.2 LA REPARTITION DES RHINITES PAR VIRUS [1]; [2]

Les virus respiratoires sont diffusés lors de la parole, des éternuements ou de la toux par une multitude de microgouttelettes se dispersant dans l'environnement sur une distance pouvant atteindre deux mètres. Il a été estimé que 200000 gouttelettes de salive sont émises au cours d'un éternuement. De plus certaines particules d'humidité ambiante sont également porteuses de virus et peuvent persister dans l'air jusqu'à deux jours.

Enfin un contact direct ou indirect entre un doigt et une muqueuse infectée peut aussi servir de moyen de transmission des virus respiratoires. Le tableau 2 présente le pourcentage des rhinites par répartition de virus.

Tableau 2 : Virus et Pourcentage des Rhinites [2]

	VIRUS		MALADIE	% des
GROUPE	FAMILLE	ACIDE	SYNDROME	RHINITES
ADENOVIRUS	Adénovirus	ADN	Coryza, Fièvre	< 5%
ENTEROVIRUS	Coxsackievirus A	ARN	Rhinite	< 5%
	Coxsackievirus B	ARN	Rhinite	
CORONAVIRUS	Coronavirus	ARN	Gingivostomatite	15% à 20%
			Rhinite	
INFLUENZA	Influenza	ARN	Rhinite	< 5%
PARAMYXOVIRUS	Parainfluenza	ARN	Rhinite (Adulte)	< 5%
			Laryngotrachéobronchit	
			e (Enfant)	
PICOMAVIRUS	Rhinovirus	ARN	Rhinite	50% à 75%

4.3 LES FAMILLES DE VIRUS [1]

Un virus est un microorganisme nécessitant un hôte, souvent une cellule, dont il utilise le métabolisme et ses constituants pour se répliquer. Il existe une grande variété de virus différents, dont seulement une petite partie est pathogène pour l'homme.

4.3.1 Adénovirus

L'adénovirus est une famille de virus qui regroupe une centaine de variétés, dont une quarantaine environ peut infecter l'Homme.

Les adénovirus sont des virus possédant de l'ADN double brin linéaire (30 000 à 38 000 paires de bases), et d'un diamètre de 60 à 90 nm, sans enveloppe, et à capside icosaédrique. Ils sont capables d'infecter des cellules à division lente et se multiplient dans l'œil, l'appareil respiratoire et l'appareil digestif.

Le pouvoir pathogène des adénovirus s'exerce principalement sur l'appareil respiratoire. La transmission se fait par voie aérienne directe ou indirecte. Certains sérotypes, lorsqu'ils sont déglutis, peuvent causer des gastro-entérites en particulier chez l'enfant, après une infection respiratoire.

4.3.2 Coxsackievirus A/B

Les Entérovirus sont un genre de virus non-enveloppé à ARN simple brin de polarité positive. La capside est non-enveloppée, à symétrie icosaédrique, d'un diamètre de 27 à 30 nm. La capside virale comporte une dépression, appelée « canyon », qui contient le site d'attachement aux récepteurs cellulaires.

Le rhume peut être causé par plusieurs types de virus différents, mais la souche B-3 de virus Coxsackievirus est le plus souvent reliée à cette infection.

4.3.3 Coronavirus

Les coronavirus forment une famille de virus enveloppés, dont les projections de surface, d'apparence caractéristique en couronne entourent les particules virales.

Certains coronavirus, dont l'un des deux stéréotypes humains connus, possèdent une seconde frange de péplomères plus petite qui est associée à une activité

hémagglutinante, facilitant la détection des virus, mais dont la fonction biologique demeure inconnue.

Avec plus de 30 000 nucléotides, le génome viral représente le plus long ARN connu. Le mode particulier de réplication engendre une fréquence élevée de recombinaison. La réplication de la molécule d'ARN donne lieu à des mutations qui contribuent ainsi à la variabilité génétique.

Trois ou quatre protéines structurales composent les virions, telles que la protéine N et la protéine S. La protéine N sert à encapsider l'ARN génomique et, deux ou trois glycoprotéines sont insérées dans l'enveloppe virale ravie à la cellule infectée lors de la morphogenèse des virions.

La glycoprotéine de membrane M joue un rôle essentiellement structural. La glycoprotéine de surface S forme les péplomères viraux. La protéine N est donc impliquée dans l'attachement des particules virales aux récepteurs présents à la surface des cellules sensibles à l'antigène carcinoembryonnaire qui constitue une cible privilégiée. La protéine S joue, elle-aussi, un rôle primordial dans la propagation virale par fusion cellulaire, suite à son insertion dans la membrane cytoplasmique des cellules infectées. Chez plusieurs coronavirus, l'activité de fusion est induite par le clivage protéolytique de la molécule. Le clivage se produit de façon différente selon le type de cellule impliquée, ce qui peut influencer la pathogenèse.

Certains coronavirus, dont un des deux stéréotypes humains, possèdent en plus une troisième glycoprotéine, nommée HE pour ses activités hémagglutinantes et d'estérase. La fonction biologique de cette protéine demeure inconnue.

Enfin, à l'exception d'une ARN polymérase ARN-dépendante, la fonction des quatre ou cinq protéines non structurales du coronavirus n'est pas connue.

Le degré de cytopathie induit par une infection coronavirale varie selon la souche virale et la cellule cible. Il va de la formation de cellules géantes multinucléées, suivie de la lyse cellulaire, à l'absence quasi complète d'effet cytopathique accompagnant une production continue ou cyclique de virus infectieux. Ces dernières infections persistantes donnent lieu à la production de mutants dont la virulence est modifiée. Le rôle de ces mutants ou de particules défectueuses dans la persistance n'est pas encore compris. Le bourgeonnement intracellulaire des coronavirus constitue un avantage certain car il permet la propagation de l'infection à l'abri du système immunitaire.

4.3.4 Influenza

Le virus influenza est un virus à 8 brins d'ARN monocaténaires, et est capable de muter spontanément et fréquemment.

Le virus influenza n'est pas mobile. Il est transporté passivement à travers le monde dans les intestins des oiseaux sauvages migrateurs ou d'autres animaux (dont les mammifères marins).

Le virus influenza est très rarement mortel et souvent n'occasionne pas de symptôme visible.

4.3.5 Parainfluenza

Les virus parainfluenza sont des virus enveloppés. Leur génome est d'une taille d'environ 15 kilobases. Il est constitué d'ARN simple brin de polarité négative. Le génome code six protéines principales.

Les infections dues à ces virus sont diverses mais touchent tout le tractus respiratoire.

4.3.6 Virus respiratoire syncitial

Le virus respiratoire syncitial est un virus à ARN monocaténaire (un seul brin d'ARN, non fragmenté) de polarité négative, de type enveloppé, avec une capside à symétrie hélicoïdale. Il a une taille comprise entre 150 et 400 nm de diamètre.

La transmission est essentiellement par voie respiratoire, et le virus effectue sa réplication dans le rhino-pharynx où il peut soit y rester, soit se diffuser.

Une infection par le virus respiratoire syncitial est connue pour provoquer une bronchiolite chez le nourrisson, et le jeune enfant, après avoir commencé par causer une rhinite.

4.3.7 Rhinovirus

Les rhinovirus sont responsables d'environ 50% à 75% des rhumes saisonniers. Ils appartiennent à la famille des picornaviridae qui est un virus à ARN de petite taille, à simple brin d'ARN, sans capsule, avec une capside icosaédrique. La capside possède 4

protéines avec de nombreuses variations qui forment une famille de plus de 100 stéréotypes.

Les rhinovirus se fixent sur la cellule hôte grâce à une fente sur leur surface qui est inaccessible aux anticorps. Ce mode de fixation ne varie pas en fonction des stéréotypes. La fixation est faite sur les récepteurs cellulaires humains ICAM 1 des cellules épithéliales des voies respiratoires. L'infection se limite donc au niveau des voies respiratoires supérieures, et le virus se développe à une température comprise entre 33°C et 35°C.

Les lésions épithéliales causées par les rhinovirus sont relativement modérées, mais les médiateurs de l'inflammation comme les bradykinines produisent une sécrétion muqueuse importante et excessive qui ne peut être éliminée physiologiquement par l'organisme, ce qui donne les symptômes du rhume.

L'infection par un rhinovirus entraine la synthèse d'anticorps spécifiques de types IgG et IgA qui préviendront des réinfections par le même stéréotype de rhinovirus. Cependant ces anticorps ne protègent que d'un seul stéréotype de rhinovirus ce qui explique qu'une même personne peut contracter plusieurs rhumes causés par un rhinovirus sur une même saison.

4.4 LES DEFENSES DE L'HOTE

Les lésions tissulaires varient selon les familles et le type de virus engagés dans le processus. Par exemple, les rhinovirus ne détruisent pas directement l'épithélium hôte, mais causent des dysfonctionnements locaux de type ciliostase (perte des mouvements ciliaires). De plus la réplication des rhinovirus se déroule dans un nombre restreint de cellules nasales épithéliales. Les virus influenza et parainfluenza causent des lésions épithéliales importantes au niveau de voies aériennes supérieures et inférieures.

La défense de l'hôte contre les virus s'organise autour de trois principaux systèmes de défense différents, la défense aspécifique passive, la réaction inflammatoire et la réponse immunitaire.

4.5 LA DEFENSE ASPECIFIQUE PASSIVE [2]

L'air inspiré va diriger les particules, les virus, les irritants contre la muqueuse respiratoire et la couche de mucus qui la recouvre. Ainsi, la filtration de l'air va fixer les germes aériens au niveau du nez, ces derniers (accompagnés de matières organiques ou minérales leur servant de vecteurs) sont englobés dans la couche de mucus et sont acheminés vers le rhinopharynx par l'activité mucociliaire. Puis ils sont déglutis et détruits par les enzymes gastriques.

Leur lieu de dépôt va dépendre de leur taille, ainsi 100% des particules supérieures à 1µm se déposent dans les fosses nasales. Lors de son premier contact avec la couche muqueuse, le virus entre déjà en contact avec la première ligne de défense aspécifique de l'organisme qui est le mucus.

Le mucus, sécrété à proportion égale par les cellules caliciformes et les glandes séromuqueuses de la lamina propria, contient de nombreux éléments qui vont interférer avec la croissance et la dissémination des micro-organismes. Le mucus est principalement constitué d'eau, d'électrolytes et de protéines qui sont les mucines. Les mucines donnent sa consistance au mucus. On retrouve également des facteurs du complément, de la lactoferrine ou du lysozyme dans le mucus, sans oublier des cellules inflammatoires comme des polynucléaires éosinophiles ou des polynucléaires neutrophiles qui restent à la surface de l'épithélium ou sont emportées par le flux muqueux libérant leurs médiateurs ou leurs enzymes.

La première ligne de défense va donc être constituée de la filtration, du flux mucociliaire et de nombreux facteurs lytiques rassemblés au niveau de la couche muqueuse.

1. Filtration

2. Mucus et ses constituants

3. Clairance muco-ciliaire

Virus

enzymes lactoferrine

Mucus

Epithélium

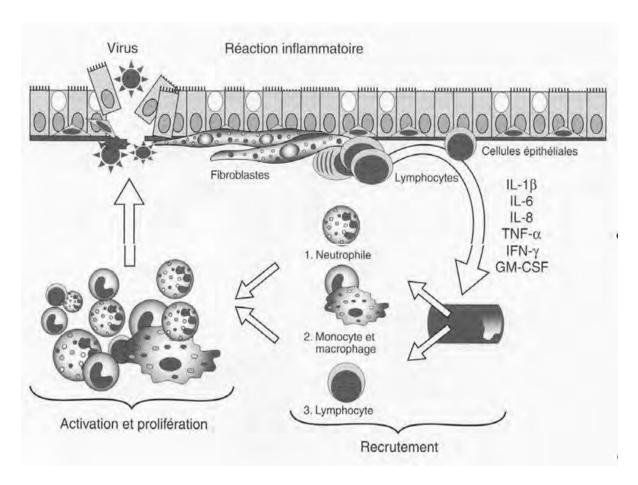
Figure 3 : Moyens de défense mis en place en cas de rhinite virale - Défense aspécifique [1]

4.6 LA REACTION INFLAMMATOIRE (ASPECIFIQUE ET ACTIVE) [2]

La réaction inflammatoire se met en place après quelques heures au niveau de la muqueuse nasale. Le réseau vasculaire local va se dilater, entraînant une perméabilité accrue des capillaires de la lamina propria et ainsi une exsudation plasmatique importante. Des protéines telles que le fibrinogène, les albumines, les macroglobulines, situées au niveau du tissu conjonctif, vont assurer le transport des facteurs du complément et des cytokines. Puis, les neutrophiles apparaissent au niveau du site inflammatoire, et après quelques jours les monocytes et les macrophages tissulaires vont éliminer les débris tissulaires et viraux.

Une augmentation de la production de mucus par les cellules caliciformes et par les glandes séromuqueuses va intensifier le flux muqueux à la surface de l'épithélium et éliminer plus rapidement les particules engluées. Les nombreux facteurs libérés vont irriter les récepteurs nerveux au sein de la lamina propria, ce qui va déclencher éternuements et prurit nasal. La bradykinine, et non l'histamine, serait à l'origine des symptômes rencontrés dans la rhinite virale: obstruction nasale, rhinorrhée et maux de gorge.

Figure 4 : Moyens de défense mis en place en cas de rhinite virale - Réaction inflammatoire [1]



4.7 LA REPONSE IMMUNITAIRE (SPECIFIQUE ET ACTIVE) [2]

La réponse immunitaire humorale et cellulaire est indispensable pour l'élimination complète du virus et l'enclenchement de la mémoire immunitaire. L'immunité cellulaire est le principal mécanisme impliqué dans la défense contre les organismes intracellulaires.

Les antigènes viraux sont présentés par la cellule présentatrice d'antigène à un lymphocyte T. La cellule présentatrice d'antigène va sécréter de l'IL-1 qui va stimuler la différenciation du lymphocyte T en cellule sécrétant de l'IL-2. L'IL-2 va stimuler la prolifération de lymphocytes mémoires et effectifs.

L'immunité humorale est capitale pour les micro-organismes extracellulaires. Au niveau des germes intra cellulaires, elle participe à l'opsonisation de l'antigène et à l'activation de la voie classique du complément. De plus, grâce aux IgA, la muqueuse des voies respiratoires supérieures possède également une protection antivirale spécifique. Ces deux types d'immunités vont organiser la mémoire immunitaire de l'hôte au travers des lymphocytes B et T mémoires. Ainsi une faible concentration d'antigènes induit une réponse immunitaire rapide et efficace par la libération d'immunoglobulines et le recrutement de cellules inflammatoires.

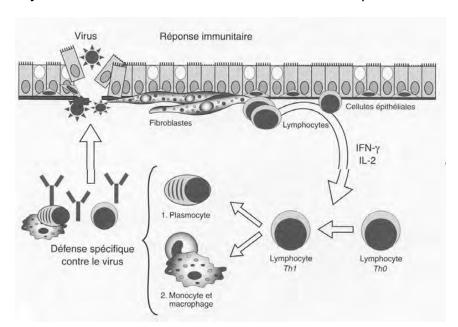


Figure 5 Moyens de défense en cas de rhinite virale : La réponse immunitaire [1]

4.8 LES SIGNES CLINIQUES ET BIOLOGIQUES [3]; [2]

Tout traitement pour un rhume requiert une bonne compréhension des signes cliniques et biologiques qui affectent les fonctions des voies respiratoires supérieures.

La symptomatologie retrouvée au cours d'une rhinite virale est aspécifique et induite d'avantage par la réaction de l'hôte contre le virus que par le virus lui-même. Le tableau clinique est familier, après trois jours d'incubation.

Dans l'étape hyperthermique, le revêtement épithélial est dégradé et l'infection peut se compliquer d'une phase de surinfection bactérienne secondaire. Les sécrétions s'épaississent et deviennent mucopurulentes. A ce stade, certaines complications infectieuses ou inflammatoires peuvent survenir et aggraver le tableau clinique. Une rhinite virale devra donc être recherchée la coexistence d'une sinusite, d'une pharyngite, d'une amygdalite, d'une otite moyenne ou d'une bronchite. De plus chez l'enfant la rhinite virale peut se compliquer d'une gastroentérite.

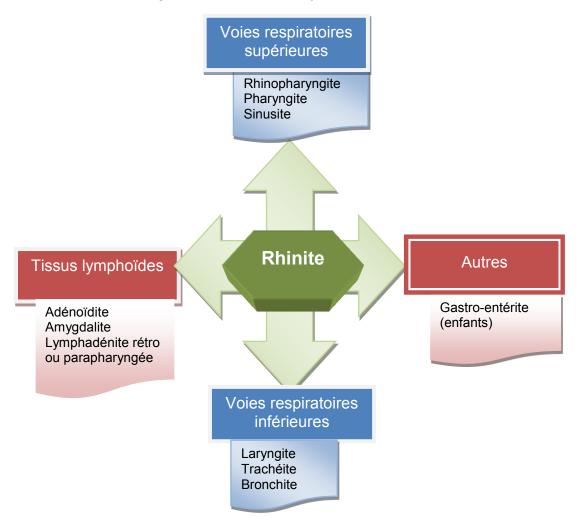


Figure 6 : Tableau clinique de la rhinite virale

4.9 LE DIANOSTIC DU RHUME [3]

Le diagnostic repose essentiellement sur l'examen clinique, mais il existe toutefois de nombreuses techniques de laboratoire permettant d'identifier de manière formelle la présence de virus dans les tissus et d'en déterminer le type. Leur intérêt est limité en clinique quotidienne, mais elles ont permis de faire progresser les connaissances sur les virus incriminés.

L'analyse des sécrétions nasales repose sur deux techniques : la culture et les techniques d'immunomarquage. Ces examens ont permis de connaître avec plus de précision les virus incriminés, et leur taux d'implication dans les rhinites.

PARTIE 2

MEDICATION OFFICINALE

Les objectifs des traitements disponibles à l'officine sont uniquement symptomatiques pour le rhume.

Les traitements ont pour but de diminuer ou supprimer tout signe clinique gênant la vie quotidienne du patient.

La multitude des traitements nécessite une bonne analyse des symptômes et du terrain du patient.

Le conseil du pharmacien est primordial pour ce type de traitement.

La peste soit de ces gens devant lesquels on ne peut renifler sans qu'ils vous demandent: « Vous êtes enrhumé ? »

Citation d'André Gide, écrivain (1869-1951)

5 LE TRAITEMENT HOMEOPATHIQUE [4]; [5]

Dans le cas d'un conseil sur le rhume, le traitement homéopathique peut dans tous les cas être accompagné de soins locaux ou de traitements allopathiques.

L'homéopathie est une forme de traitement qui utilise des doses infinitésimales et par conséquent inoffensives pour traiter une maladie. L'homéopathie repose sur trois grands principes, la <u>similitude</u>, <u>l'infinitésimal</u>, et <u>l'individualisation</u> des cas.

La similitude

La similitude correspond au fait qu'une substance capable de provoquer des troubles chez un sujet sain, est également capable de guérir ces mêmes troubles chez un malade.

Infinitésimal

L'infinitésimal est le principe que l'homéopathie utilise des substances d'origine animale, végétale, minérale ou chimique très diluées, au point d'arriver à des doses infinitésimales.

Les dilutions utilisées vont de la première décimale (DI ou 1 DH) à la 30ème centésimale (30 CH).

Individualisation

L'homéopathie considère l'individu dans sa totalité avec son psychisme, ses particularités, son milieu, les barrages héréditaires ou acquis, les agressions psycho-affectives, alimentaires, infectieuses, médicamenteuses, etc... Ce principe s'appelle l'individualisation des cas.

Dans le cas d'un conseil en officine le dernier principe sera le plus dur à appliquer et nécessitera de poser des questions au patient.

5.1 SPECIALITES HOMEOPATHIQUES

En homéopathie, il existe des médicaments qui associent plusieurs souches mise sous forme de comprimés. Ces comprimés sont plus pratiques et faciles d'emploi pour le patient, et plus faciles à proposer pour les patients non coutumiers de l'homéopathie.

Il existe plusieurs spécialités homéopathiques pouvant être conseillées pour le rhume. Elles sont présentées ci-dessous.

5.1.1 CORYZALIA® comprimé orodispersible [6]

C'est un médicament homéopathique traditionnellement utilisé dans le traitement symptomatique du rhume et des rhinites. Il est conseillé en particulier en cas d'écoulement nasal.

Composition

Tableau 3: CORYZALIA®

ALLIUM CEPA 3 CH	0,5 mg
BELLADONNA 3 CH	0,5 mg
GELSEMIUM 3 CH	0,5 mg
KALIUM BICHROMICUM 3 CH	0,5 mg
SABADILLA 3 CH	0,5 mg

Posologie

La posologie pour adulte et enfant est de 1 comprimé 6 à 8 fois par jour par voie sublinguale, et à distance des repas.

① Le coryzalia® est réservé à <u>l'adulte</u> et à <u>l'enfant de plus de 18 mois</u> en raison de sa présentation sous forme de comprimé.

5.1.2 OSCILLOCOCCINUM® globule [6]

C'est un médicament homéopathique traditionnellement utilisé dans les états grippaux. Il est d'autant plus efficace et rapide d'action qu'il est pris de façon précoce, dès les premiers symptômes de l'état grippal.

Composition

Extrait filtré de foie et cœur d'Anas barbariæ (canard de barbarie) dynamisé à la 200ème K.

Posologie

La posologie varie selon le moment où l'on intervient pendant la période hivernale, au début de l'état grippal ou état grippal avancé.

- <u>Période hivernale</u>: Prendre une dose par semaine pour prévenir l'apparition de l'état grippal.
- Début de l'état grippal : Prendre une dose le plus tôt possible et répéter éventuellement 2 ou 3 fois à 6 heures d'intervalle.
- <u>Etat grippal avancé</u>: Prendre une dose matin et soir pendant 1 à 3 jours.
 - ① Le <u>mode d'administration</u> est le suivant: laisser fondre sous la langue le contenu entier du tube-dose et ceci en dehors des repas.
 - *①* Pour les <u>nourrissons</u>, laisser fondre dans un peu d'eau et donner à la cuillère ou au biberon.

5.1.3 MERCUR SOL COMPLEXE N°39® LEHNING [7]

C'est un médicament homéopathique traditionnellement utilisé contre les rhinopharyngites, maux de gorge, trachéites.

Composition

Tableau 4: Mercur sol complexe N°39® Lehning

MERCURIUS SOLUBILIS	8 DH
AURUM MURIATICUM NATRONATUM	8 DH
KALIUM IODATUM	4 DH
NATRUM NITRICUM	3 DH
NATRUM SULFURICUM	2 DH
KALIUM PHOSPHORICUM	3 DH

Posologie

La posologie est :

- <u>chez l'adulte</u> de 2 comprimés à croquer ou à laisser fondre sous la langue, en dehors des repas 2 à 3 fois par jour ;
- chez l'enfant de plus de 6 ans, d'1 comprimé 2 à 3 fois par jour

① Il est à noter que la limite d'âge est dûe à la forme comprimé).

5.1.4 SINUSPAX® comprimé [8]

C'est est un médicament homéopathique traditionnellement utilisé dans le traitement de la rhinite.

Composition

Tableau 5 : SINUSPAX® comprimé

CALCAREA CARBONICA	3 DH
CALCAREA FLUORICA	3 DH
MANGANUM SULFURICUM	3 DH
BELLONNA	3 DH
SABADILLA	3 DH
HEPAR SULFURIS CALCAREUM	3 DH
HYDRASTIS	3 DH
KALIUM SULFURICUM	4 DH
SILICEA	5 DH
THUYA OCCIDENTALIS	2 DH
KALIUM BICHROMICUM	5 DH
CINNABARIS	4 DH

Posologie

La posologie est :

- <u>chez l'adulte</u> de 1 à 2 comprimés à croquer ou à laisser fondre sous la langue, en dehors des repas 2 à 3 fois par jour ;
- chez l'enfant de plus de 6 ans, d'1 comprimé 2 à 3 fois par jour.

① Il est à noter que la limite d'âge est due à la forme comprimé.

5.1.5 L52® solution buvable en gouttes [7]

C'est un médicament homéopathique traditionnellement utilisé dans les états grippaux, les courbatures fébriles, les toux non productives.

Composition

Tableau 6 : L52® solution buvable en gouttes

EUPATORIUM PERFOLIATUM	3 DH
ACONITUM NAPELLUS	4 DH
BRYONIA	3 DH
ARNICA MONTANA	4 DH
GELSEMIUM	6 DH
CHINA RUBRA	4 DH
BELLADONNA	4 DH
DROSERA	3 DH
SENEGA	3 DH
EUCALYPTUS GLOBULUS	1 DH

Posologie

La posologie est :

- <u>chez l'adulte</u> de 20 gouttes à prendre dans un peu d'eau, en dehors des repas, 5 à 8 fois par jour ;
- chez l'enfant, la dose est réduite de moitié ;
- chez l'enfant à partir de 2 ans, la dose est réduite au quart.

① Il est à noter que le L52® contient comme excipient de l'éthanol.

5.1.6 Infludo® solution buvable en gouttes [8]

C'est un médicament homéopathique traditionnellement utilisé dans l'état grippal (inflammation des muqueuses ORL, céphalées, myalgies) du premier stade jusqu'à la disparition des symptômes.

Composition pour 100 g de solution buvable

Tableau 7 : Infludo® solution buvable en gouttes

ACONITUM NAPELLUS, PLANTA TOTA	3 DH 30g
BRYONIA, RADIX	2 DH 6g
EUCALYPTUS GLOBULUS, FOLIUM	2 DH 5g
EUPATORIUM PERFOLIATUM, HERBA	6 DH 4g

FERRUM PHOSPHORICUM	3 DH 10g	
---------------------	----------	--

Posologie

La posologie est :

- chez l'adulte et l'enfant de plus de 12 ans, de 5 à 8 gouttes toutes les une à deux heures, puis 3 fois par jour;
- chez l'enfant de 6 à 12 ans, de 3 à 5 gouttes 3 fois par jour
- chez l'enfant de de 2 à 6 ans, de 1 à 2 gouttes par prise, 3 fois par jour.

① Le médicament est à prendre dans un peu d'eau. Il est à noter que l'infludo® solution contient comme excipient de l'éthanol.

5.2 TRAITEMENTS UNITAIRES HOMEOPATIQUE [4]; [5]

Les traitements homéopathiques unitaires permettent une plus grande flexibilité et une amplitude dans l'adaptation du traitement par rapport aux symptômes du patient. En contrepartie sur les tubes d'homéopathie, le patient ne trouvera aucune information sur l'indication du médicament, ni sur la posologie.

Tableau 8 : Principales souches homéopathiques et leur utilisation

Souches homeopathiques	UTILISATION
ALIUM CEPA 9CH	Utilisation pour les écoulements nasaux clairs qui
(oignon)	irritent les ailes du nez et la lèvre supérieure, les
	éternuements, et les larmoiements.
Dulcamara 9CH	Utilisation dans les rhinites causées par l'exposition
(douce-amère)	à l'humidité et au froid qui cause une obstruction
	nasale.
HYDRASTIS CANADENSIS 9CH	Utilisation en cas d'écoulement nasal jaunâtre,
(hydrastis)	épais, visqueux, adhérant, avec un écoulement rétro
	postérieur au niveau de la gorge.
KALIUM BICHROMICUM 9CH	Utilisation dans les écoulements nasaux jaunes-
(bichromate de potassium)	verdâtres, adhérents et formant des croûtes dans
	les narines, accompagnés par une toux et des
	expectorations adhérentes.
KALIUM IODATUM 9CH	Utilisation dans les écoulements nasaux aqueux
(iodure de potassium)	abondants et brûlants, avec larmoiement irritant,
	accompagnés par une douleur des sinus frontaux.

SOUCHES HOMEOPATHIQUES	UTILISATION
KALIUM MURIATICUM 9CH	Utilisation dans les sécrétions visqueuses et
(chlorure de potassium)	blanchâtres pouvant boucher les trompes
	d'eustaches.
KALIUM SULFURICUM 9CH	Utilisation dans les écoulements jaunes épais non
(sulfate de potassium)	irritants, accompagné d'une toux grasse. Ces signes
	sont aggravés dans une chambre avec une
MERCURIUS SOLUBILIS 9CH	atmosphère chaude.
	Utilisation dans les écoulements nasaux verdâtres
(mercure soluble de	d'odeur nauséabonde, avec une douleur pharyngée,
Hahnemann)	et une hypersalivation accompagnée d'halitose.
Nux vomica 9CH	Utilisation dans le cas de nez bouché, en particulier
(noix vomique)	la nuit, accompagnée d'éternuements en salves le
	matin au réveil. Dans la journée on trouve des
D	écoulements nasaux aqueux non irritants.
Pulsatilla 15CH	Utilisation dans les écoulements jaunes non irritants,
(anémone pulsatille)	qui obstruent le nez la nuit, et qui provoquent une
	petite toux grasse le matin. Ces signes sont
	aggravés dans une chambre avec une atmosphère
	chaude. Les indications sont les même que Nux vomica).
Rumex crispus 9CH	Utilisation dans les écoulements aqueux, avec
(patience crépue)	éternuements, accompagnés d'une toux sèche
(patierios diopae)	douloureuse à la moindre inhalation d'air frais.
SAMBUCUS NIGRA 9CH	Utilisation en cas d'obstruction nasale complète,
(sureau)	obligeant à respirer par la bouche, accompagnée
	par une toux sèche.
STRICTA PULMONARIA 9CH	Utilisation dans les obstructions nasales avec
(lichen pulmonaire)	sensation de pesanteur, avec un besoin de se
	moucher sans résultat.
SULFUR IODATUM 9CH	Utilisation dans les pharyngites, adénopathie, et
(iodure de soufre)	dans la convalescence trainante de rhinopharyngite.
BELLADONNA 9CH	Utilisation en cas de fièvre, avec courbatures et
(belladone)	avec peu d'écoulement nasal.
SABADILLA	Utilisation dans les écoulements nasaux aqueux, les
(cévadille)	éternuements, et larmoiement.

5.2.1 Choix du traitement homéopathique unitaire

Figure 7 : Arbre décisionnel du traitement homéopathique pour l'écoulement aqueux

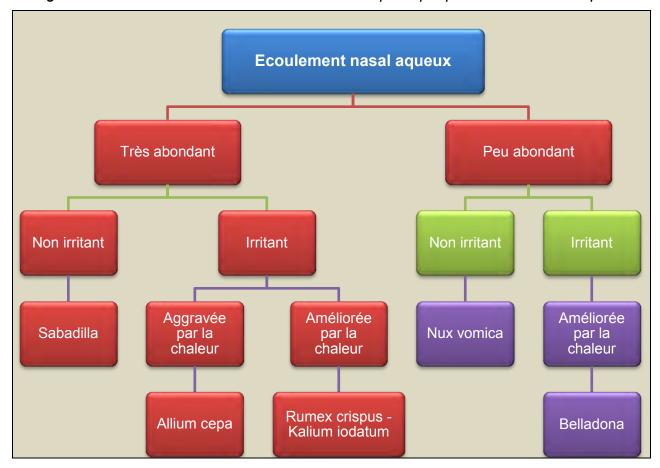


Figure 8 : Arbre décisionnel du traitement homéopathique pour l'écoulement épais



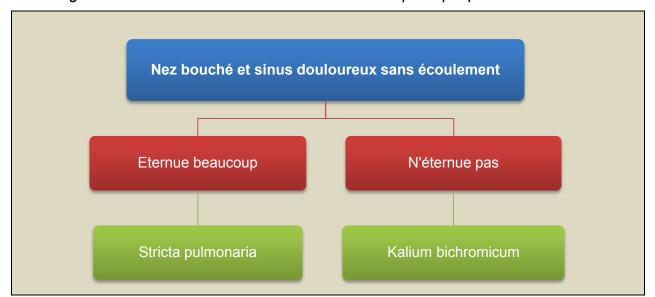


Figure 9 : Arbre décisionnel du traitement homéopathique pour le nez bouché

5.3 TRAITEMENTS PREVENTIFS [4]; [5]; [9]

Les traitements préventifs n'ont pas pour objet de soulager les symptômes, mais d'éviter les infections. Ces traitements sont à prendre tout au long de la période hivernale pour assurer une protection optimale.

Tableau 9 : Principales souches homéopathiques - Dosage

Principales souches homeopathiques et leur dosage		
OSCILLOCOCCINUM®	1 dose par semaine.	
THYMULINE 9CH	1 dose par semaine le premier mois puis 1 dose par mois. Il	
(facteur thymique)	stimule l'immunité.	
SERUM DE YERSIN 9CH	1 dose par semaine le premier mois puis une dose par mois.	
(sérum anti-pesteux)	Il permet de protéger des infections pulmonaires.	
OLIGOSTIM®	1 à 2 comprimés par jour le matin. Il contient du gluconate de	
(cuivre)	cuivre (équivalent de 0,031mg de cuivre par comprimé). Le	
	cuivre possède une action anti-infectieuse.	

6 LE TRAITEMENT ALLOPATHIQUE

Cependant, les traitements permettent d'atténuer les symptômes et de rendre cette période plus confortable pour le patient.

Concernant les traitements per os, 2 catégories de médicaments pour le traitement du rhume sont disponibles les médicaments contenant un <u>vasoconstricteur</u>, et les médicaments contenant un antihistaminique.

Un vieil adage dit :

Un rhume non traité dure une semaine, un rhume traité dure sept jours.

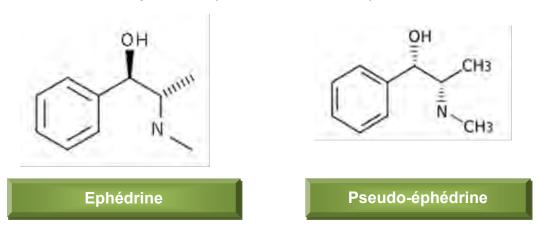
6.1 CONTENANT UN VASOCONSTRICTEUR [10]; [11]; [12]

La molécule utilisée comme vasoconstricteur dans les spécialités disponible sur le marché est la pseudo-éphédrine.

A l'heure actuelle, il n'existe plus de spécialité contenant uniquement de la pseudo-éphédrine. Les spécialités contenant de la pseudo-éphédrine sont systématiquement associées à un antipyrétique. L'éphédrine et la pseudo-éphédrine sont des alcaloïdes sympathomimétiques. Elles stimulent directement le système nerveux végétatif et le système nerveux central. Ces alcaloïdes ont une structure similaire aux amphétamines. Ils ont une action α et β agonistes et agissent en provoquant la libération de catécholamines endogènes (noradrénaline, adrénaline, dopamine) au niveau des fibres sympathiques post-ganglionnaires. Les récepteurs α et β sympathiques sont des récepteurs membranaires sensibles aux catécholamines et sont situés dans la plupart des cellules du corps humain y compris au niveau du cœur, des poumons et des vaisseaux sanguins.

L'éphédrine est aussi un agoniste indirect des récepteurs adrénergiques, ainsi elle augmente la disponibilité et l'action du neurotransmetteur (la noradrénaline) au niveau cérébral et cardiaque.

Figure 10 : Ephédrine et Pseudo-éphédrine



La pseudo-éphédrine est une alpha-sympathomimétique utilisée pour son effet vasoconstricteur au niveau des muqueuses rhino-pharyngée réduisant ainsi la rhinorrhée et l'obstruction nasale.

La pseudo-éphédrine est sympathomimétique avec des effets directs et indirects, agonistes des récepteurs alpha et bêta adrénergiques, et avec un effet stimulant du système nerveux central.

6.1.1 Médicaments contenant de la pseudo-éphédrine

Dans les spécialités contenant de la pseudo-éphédrine, certaines existent sous la forme de comprimé jour/nuit, avec un comprimé jour contenant de la pseudo-éphédrine, et un comprimé nuit contenant un antihistaminique.

Tableau 10 : Médicaments contenant un Vasoconstricteur

M EDICAMENT	DCI
ACTIFED JOUR ET NUIT®	Pour la forme Jour
	Paracétamol (500mg) (Antalgique et Antipyrétique) +
	Pseudo-éphédrine (60mg)

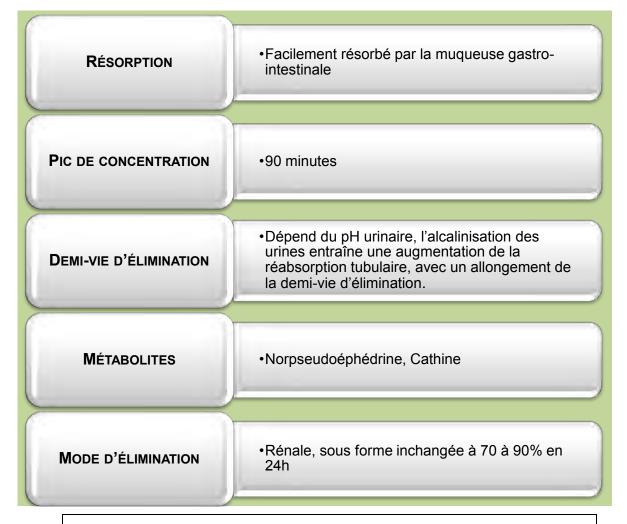
MEDICAMENT	DCI			
	Pour la forme Nuit			
	Paracétamol (500mg) + Diphénydramine (25mg)			
	(Antihistaminique H1)			
ACTIFED RHUME®	Paracétamol (500mg) + Pseudo-éphédrine (60mg)+			
	Triprolidine (2,5mg) (Antihistaminique H1)			
DOLIRHUME PRO®	Pour la forme Jour			
	Paracétamol (500mg) + Pseudo-éphédrine (30mg)			
	Pour la forme Nuit			
	Paracétamol (500mg) + Doxylamine (7,5mg)			
	(antihistaminique H1)			
Dolirhume®	Paracétamol (500mg) + Pseudo-éphédrine (30mg)			
HUMEX RHUME®	Pour la forme Jour			
	Paracétamol (500mg) + Pseudo-éphédrine (60mg)			
	Pour la forme Nuit			
	Paracétamol (500mg) + Chlorphénamine (4mg)			
	(antihistaminique H1)			
Nurofen Rhume®	Ibuprofène (200mg) + Pseudo-éphédrine (30mg)			
RHINADVIL®	Ibuprofène (200mg) + Pseudo-éphédrine (30mg)			
RHINUREFLEX®	Ibuprofène (200mg) + Pseudo-éphédrine (30mg)			
RHUMAGRIP®	Paracétamol (500mg) + Pseudo-éphédrine (30mg)			

6.1.2 Effets secondaires

Les effets secondaires sont une sécheresse buccale, insomnie, anxiété, migraine sueurs, troubles digestifs tachycardie, palpitations, excitation, troubles du rythme cardiaque, crises d'angor et hypertension.

6.1.3 Pharmacocinétique

Figure 11 : Pharmacocinétique de la pseudo-éphédrine



- La pseudo-éphédrine est métabolisée par le foie par N-déméthylation en norpseudo-éphédrine. L'isomère de la norpseudo-éphédrine est la cathine (D-norpseudo-éphédrine).
- ❷ L'isomère de la norpseudo-éphédrine fait partie des substances appartenant à la liste des substances interdites en compétition à partir de la valeur seuil de 5µg/mL d'urine.

6.1.4 Mécanisme d'action

L'éphédrine est un puissant agent sympathomimétique présentant des effets directs et indirects sur les récepteurs α et β adrénergiques, mais également sur la libération de catécholamines (adrénaline, Noradrénaline).

Les récepteurs α et β adrénergiques sont des récepteurs membranaires. Ils sont présents dans la plupart des cellules du corps humain notamment celles du cœur, des poumons et des vaisseaux sanguins. Ils sont sensibles à l'adrénaline et la noradrénaline, leurs actions aboutissent à une augmentation du rythme et du débit cardiaque, de la pression artérielle et des résistances vasculaires.

6.1.5 Action cardio vasculaire

La <u>toxicité</u> de l'éphédrine au niveau cardiaque, qu'elle soit aiguë ou chronique, ne dépend pas de la dose.

Toxicité aiguë

Une augmentation du rythme cardiaque et de la pression artérielle sont des symptômes très communs observés après la prise d'éphédrine à cause de ses effets adrénergiques. Même si chez certaines personnes, ces effets ne sont pas graves.

Les conséquences peuvent être sévères surtout si les patients souffrent de pathologies cardiaques sous-jacentes, d'hypertension artérielle ou de diabète.

L'éphédrine peut déclencher des crises de tachycardie ventriculaire, non ischémiques et des tachycardies paroxystiques. L'utilisation d'éphédrine présente donc un risque d'apparition d'arythmies mettant en jeu la vie des patients.

A travers ses propriétés sympathomimétiques, l'éphédrine peut causer une toxicité au niveau cardiovasculaire se traduisant par des myocardites, arythmies, infarctus du myocarde, arrêt cardiaque et mort subite.

① La Toxicité aiguë à forte dose provoque anxiété, insomnies, confusions, hallucinations et des délires.

<u>Toxicité chronique</u>

Les effets délétères d'une stimulation adrénergique sont des cardiomyopathies induisant une toxicité pour les cellules du muscle cardiaque appelés cardiomyocytes.

Par ailleurs, la toxicité des agents sympathomimétiques est augmentée par l'exercice physique, l'augmentation de la température corporelle et la déshydratation.

① La Toxicité chronique à fortes doses peut provoquer des psychoses, cliniquement similaires à celles obtenues avec des amphétamines.
Exceptionnellement, l'éphédrine peut provoquer des psychoses toxiques.

Après l'arrêt de la prise de la prise de pseudo éphédrine les symptômes peuvent persister de quelques jours à quelques semaines.

6.1.6 Autres actions

Actions psychotropes

Les risques sont l'anxiété, l'insomnie, la confusion, l'hallucination et le délire.

Action hépatique

Un cas d'hépatite fulminante nécessitant une transplantation a été décrit en 2005 chez un sujet ayant consommé de l'éphédrine.

Action rénale

L'éphédrine est excrétée dans l'urine en majorité sous forme inchangée, sa demi-vie d'élimination est de 3 à 6 heures, elle peut être augmentée par une augmentation du pH urinaire. L'éphédrine et ses métabolites (pseudo-éphédrine, norpseudo-éphédrine et phénylpropanolamine) peuvent provoquer des néphrolithiases rénales.

Cependant la dose exacte d'éphédrine susceptible d'engendrer cette pathologie reste inconnue, et dépend de plusieurs facteurs tels que l'augmentation du pH urinaire et la variation des apports hydriques journaliers.

6.1.7 Interaction

L'association de caféine avec l'éphédrine présente des risques marqués au niveau cardiovasculaire et sur le système nerveux central. L'association de ces deux molécules a une action synergique. L'action de l'éphédrine est également potentialisée par l'aspirine, le camphre, et la théophylline.

L'éphédrine ne doit pas être administrée à des patients sous traitement antidépresseur par IMAO ou ayant arrêté leur traitement dans les 15 derniers jours, car leur association peut causer des hypertensions fatales.

Un cas de syndrome sérotoninergique a été rapporté chez un patient utilisant de la paroxétine (Deroxat®) et des médicaments d'automédication contenant de l'éphédrine.

Le syndrome sérotoninergique est dû à un excès de sérotonine au niveau des neurones. Un syndrome bénin peut se manifester par des nausées, de l'agitation, de l'agressivité, des paresthésies et un syndrome plus grave par une agitation, une confusion, des tremblements, des myoclonies, une hypertension diffuse avec une hyper-réflexie ostéotendineuse, une rigidité musculaire, une mydriase, une hyperthermie, des frissons, une augmentation de la pression artérielle, tachycardie et tachypnée.

L'association d'éphédrine et de théophylline peut provoquer des insomnies, de la nervosité et des douleurs au niveau gastro-intestinal.

6.1.8 Surdosage

Le surdosage d'éphédrine peut provoquer des symptômes graves tels qu'une hypertension artérielle élevée et un rythme cardiaque très rapide et irrégulier.

Une quantité d'éphédrine seulement supérieure à deux ou trois fois la dose thérapeutique peut entraîner une augmentation significative de la tension artérielle.

Dans les cas d'overdose de pseudo-éphédrine rapportés, les effets néfastes sur le système cardiovasculaire et le système nerveux central sont prédominants, les causes de décès les plus communes sont l'infarctus du myocarde et l'accident vasculaire cérébral.

6.1.9 Contre-indications

Les médicaments à base de pseudo-éphédrine sont contre-indiqués dans de nombreuses pathologies telles que le glaucome à angle fermé, l'insuffisance coronarienne, les arythmies, l'hypertension artérielle, les antécédents d'accidents vasculaires cérébraux. l'insuffisance rénale.

6.1.10 Epidémiologie

De nombreux effets secondaires graves ont été rapportés chez des patients utilisant des produits contenant de l'éphédrine.

La FDA (Food and Drug Administration, équivalent de l'ANSM aux Etats-Unis) a reçu plus de 1000 rapports d'effets secondaires, incluant des décès chez des personnes consommant des compléments alimentaires contenant de l'éphédrine et les alcaloïdes associés.

Les effets secondaires sont variés et ne dépendent pas toujours de la dose absorbée. Ils sont le plus souvent le résultat de mésusage, même si certains d'entre eux ont été observés chez des sujets à des doses thérapeutiques.

Les effets secondaires mineurs associés à l'utilisation d'éphédrine sont des palpitations, céphalées, agitation, anxiété, insomnie et tremor (mouvements de flexion-extension involontaires lents irréguliers de grande amplitude).

Les effets secondaires les plus sérieux concernent les attaques cardiaques notamment des infarctus du myocarde, des hypertensions sévères, des arythmies, des hépatites, des psychoses, des atteintes myocardique, des hémorragies intracérébrales mais aussi des cas de néphrolithiases.

Les effets secondaires sont d'autant plus dangereux qu'ils ne sont pas dosedépendants.

Des effets indésirables graves peuvent survenir chez des personnes utilisant de faibles doses d'éphédrine comme celles présentes dans les médicaments d'automédication.

6.2 CONTENANT UN ANTIHISTAMINIQUE [13]; [10]; [12]

Les médicaments contenant un antihistaminique contiennent un antihistaminiques de type H1. Les antihistaminiques se fixent sur les récepteurs H1, par action antagoniste, et inhibent les effets de l'histamine, en particulier leur effet vasodilatateur et leur effet sur l'augmentation de la perméabilité des capillaires à l'origine de la rhinorrhée et d'œdèmes nasaux. On utilise surtout les antihistaminique anti-H1 de première génération qui vont avoir un effet atropinique en parallèle (phéniramine, tripolidine, chlorphénamine...).

Les antihistaminique anti-H1 de première génération vont être actifs sur les symptômes du rhume tels que l'écoulement, le larmoiement et les phénomènes spasmodiques tels que les éternuements.

6.2.1 Effets indésirables

Les effets indésirables des antihistaminique anti-H1 sont :

- Sédation ou somnolence (plus marquée en début de traitement);
- Effets anti-cholinergiques comme une sécheresse des muqueuses, constipation, troubles de l'accommodation, mydriase, risque de rétention urinaire, hypotension orthostatique.

6.2.2 Contre-indications

La contre-indication peut-être absolue ou relative.

Absolue

- Glaucome par fermeture d'angle
- Adénome prostatique

Relative

- Conducteurs réguliers ou utilisateurs de machine à cause du risque de somnolence
- Femme enceinte ou allaitante par manque de données en l'absence d'étude chez l'animal et de données cliniques humaines, le risque n'est pas connu ; par conséquent leur usage est à éviter.

6.2.3 Médicaments contenant un antihistaminique

La posologie est de 1 prise, à renouveler en cas de besoin au bout de 4 heures minimum, sans dépasser 4 prises par jour. En pratique, le conseil est d'une prise 3 par jour, de type matin, midi et soir, voir uniquement le soir si le patient est sensible à l'effet sédatif

Les médicaments contenant un antihistaminique sont réservés à l'adulte et l'enfant de plus de 15 ans.

En cas d'insuffisance rénale sévère (clairance de la créatinine inférieure à 10 ml/min), l'intervalle entre deux prises sera au minimum de 8 heures. On doit attirer l'attention du patient sur le risque de somnolence lors de la prise du médicament. Il faut donc conseiller au patient lors d'une première prise de le faire le soir ou lorsqu'il n'a plus d'activité nécessitant de la concentration à exécuter.

Le paracétamol est présent en association avec d'autres substances dans ces médicaments.

La posologie de paracétamol combiné à d'autres médicaments ne doit pas dépasser 4g par jour à raison de 1g par prise, pour éviter l'effet hépatotoxique du paracétamol.

Tableau 11 : Médicaments contenant un Antihistaminique

MEDICAMENT	DCI
FERVEX®	Paracétamol (500mg), Acide Ascorbique (200mg),
	Pheniramine (25mg)
	Forme sachet
FERVEX® SANS SUCRE	Paracétamol (500mg), Acide Ascorbique (200mg),
	Pheniramine (25mg)
	Forme sachet
ACTIFED® ETATS GRIPPAUX	Paracétamol (500mg), Acide Ascorbique (100mg),
	chlorphènamine (4mg)
	Forme sachet
DRILL RHUME®	Paracétamol (500mg), Chlophènamine (4mg)
	Forme comprimé
FLUTIMEX®	Paracétamol (500mg), Acide Ascorbique (200mg),
	Chlorphènamine (4mg)
	Forme sachet
HUMEXLIB®	Paracétamol (500mg), Chlophènamine (4mg)
	Forme gélule.

① Il existe un conditionnement destiné aux enfants du Fervex® : <u>Fervex®</u> enfant

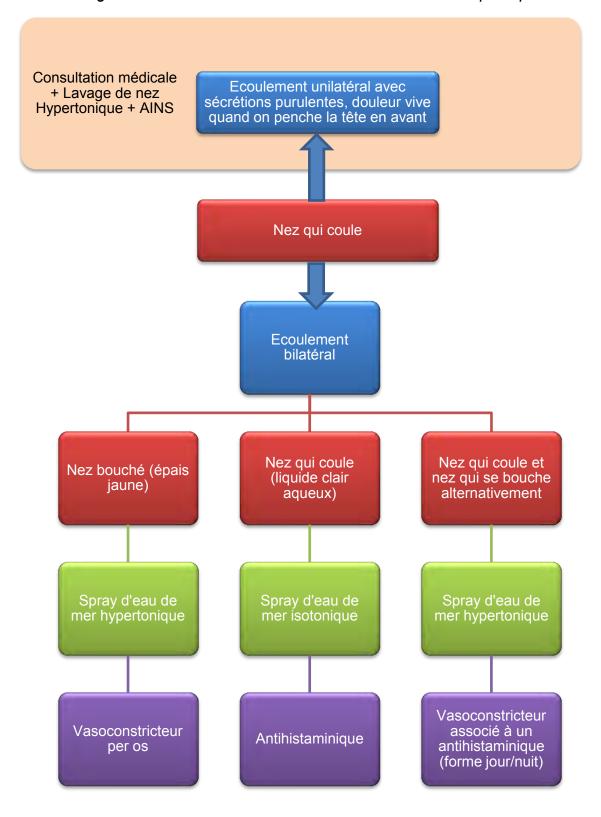
Le <u>Fervex® enfant</u> est réservé à l'enfant à partir de 6 ans avec les posologies suivante en fonction de l'âge :

- Enfant de 6 à 10 ans : 1 sachet 2 fois par 24 heures.
- Enfant de 10 à 12 ans : 1 sachet 3 fois par 24 heures.
- Enfant de 12 à 15 ans : 1 sachet 4 fois par 24 heures.

<u>Fervex® enfant</u>: paracétamol (280mg), acide ascorbique (100mg), pheniramine (10mg) forme sachet

6.3 CHOIX DU TRAITEMENT ALLOPATHIQUE

Figure 12 : Arbre décisionnel du choix de traitement allopathique



7 LE TRAITEMENT PHYTOTHERAPIQUE [15]; [16]; [17];[18]

La prescription d'huile essentielle dans le cas d'un rhume est d'une durée allant de 6 à 8 jours, avec une dose journalière ne dépassant pas 300mg d'huile essentielle chez l'adulte.

7.1 LES HUILES ESSENTIELLES ADMINISTREES PAR PLUSIEURS VOIES

Quatre voies d'administration des huiles essentielles sont disponibles, voie sublinguale, sur la langue, voie orale et voie cutanée.

Voie sublinguale

La muqueuse sublinguale possède un réseau veineux très important qui permet une excellente biodisponibilité grâce à un passage sanguin rapide et sans premier passage hépatique grâce à la veine jugulaire externe.

Voie orale

Dans ce cas les huiles essentielles sont absorbées à travers le tube digestif. L'administration se fera avant le repas pour une absorption plus rapide.

Voie cutanée

L'application cutanée d'huile essentielle entraine une volatilisation partielle de celleci permettant une atteinte pulmonaire. De plus les huiles essentielles sont très rapidement absorbées à travers la peau (moins de 10minutes) grâce à leurs faibles masses moléculaires.

Voie respiratoire

La voie respiratoire est une méthode thérapeutique destinées à assainir les voies respiratoires supérieures. En effet, elle consiste à absorber par inspiration des substances volatiles. Les huiles essentielles pénètrent dans les voies respiratoires, que ce soit par le biais de l'air inspiré ou en posant quelques gouttes sur les poignets en permettant ainsi une inspiration directe.

7.2 PRECAUTION D'EMPLOI DES HUILES ESSENTIELLES

Par précaution, les huiles essentielles ne doivent pas être administrées pendant les 3 premiers mois de grossesse et pendant l'allaitement.

① Les huiles essentielles ne doivent pas être administrées chez l'enfant de moins de 30 mois.

7.3 LES HUILES ESSENTIELLES UNITAIRES

Tableau 12: Huiles essentielles unitaires

Huile essentielle	PROPRIETES
Citron	Propriétés antivirale et antimicrobienne de l'atmosphère, et
(Citrus limonum)	stimulant immunitaire. Attention au risque de
(photosensibilisation. Saveur agréable qui facilite
	l'administration chez les enfants.
EUCAPLYPTUS	Action décongestionnante nasale, expectorante, anti-
(Eucalyptus radiata ou	inflammatoire, et mucolytique. Attention au risque épileptique
Eucalyptus globulus)	à haute dose (10 à 30 ml d'huile essentielle pure peut être
_acai,peac greature,	mortelle).l'eucalyptus globulus a une affinité prononcée pour
	les voies respiratoires basses, alors que l'eucalyptus radiata
	sera préféré pour les voies respiratoires hautes. L'eucalyptus
	globulus sera plus efficace en utilisation cutanée que per-os.
LAVANDE	Il s'agit d'une des huiles essentielles les plus utilisées avec
(Lavandula officinalis)	son action anti-inflammatoire, anti-infectieuse, antalgique. De
	plus elle possède une activité calmante utile chez les enfants.
MENTHE POIVREE	Propriétés stimulantes générales, anti-inflammatoires,
(Mentha piperata)	antalgiques, vasoconstrictrices nasales.
Niaouli	Propriétés anti-infectieuses, antivirales, antispasmodiques de
(Melaleuca quinquenervia	l'arbre respiratoire, mucolytiques, et anti-inflammatoires.
ou Viridifolia myrtaceae)	
Pin	Propriétés antiseptiques et décongestionnantes des voies
(Pinus sylvestris)	respiratoires hautes.
RAVINTSARA	Propriétés antivirales à tropisme ORL et broncho-pulmonaire,
(Cinnamomum camphora)	expectorants, et stimulants.
ARBRE À THÉ	Propriétés antibactériennes, antivirales, antifongiques, anti-

Huile essentielle	PROPRIETES
(Melaleuca alternifolia)	inflammatoires, et immunostimulantes à forte spécificité ORL.
CYPRES	Propriété antibactériennes et surtout antispasmodiques au
(Cupressus sempervirens)	niveau des bronches.
LAURIER	Propriétés mucolytiques, expectorantes, antibactériennes,
(Laurus nobilis)	antivirales, et antalgiques.
MYRTE	Propriétés antitussives et expectorantes.
(Myrtus communis)	
Тнүм	Propriétés anti-infectieuses à action broncho-pulmonaire.
(Thymus vulgaris)	
CANNELLE	Il s'agit de l'huile essentielle qui présente la plus grande
(Cinnamamum zeylanicum	activité anti-infectieuse avec une action antivirale,
ou Cinnamamum verum)	antifongique, anti-bactérienne. Attention ne doit pas être
ou chinamamam voidin,	utilisée par voie cutanée et muqueuse.

8 LES EAUX DE MER ET LE SERUM PHYSIOLOGIQUE [18]; [13]; [19]

Le lavage des fosses nasales permet d'évacuer les sécrétions collées sur la muqueuse nasale, d'humidifier le mucus en profondeur et d'améliorer l'efficacité des autres traitements.

8.1 SERUM PHYSIOLOGIQUE

Le sérum physiologique est une solution de chlorure de sodium à 0,9% encore appelée solution isotonique.

Le sérum physiologique permet de nettoyer les fosses nasales, il humidifie les mucosités et aide donc à décoller les sécrétions de la muqueuse nasale adhérentes qui gênent le patient.

Il participe aussi à l'élimination des micro-organismes fixés au niveau des muqueuses, limitant ainsi la prolifération bactérienne ou virale.

Exemples de sérum physiologique: Sérum physiologica®

8.2 EAU DE MER ISOTONIQUE

La plupart des solutions destinées à l'hygiène nasale sont à base d'eau de mer pour sa richesse en minéraux et oligoéléments qui complètent l'action mécanique du lavage. Ainsi, le potassium et le calcium agissent en favorisant les battements ciliaires, le bicarbonate de sodium permet de dissoudre le mucus, le magnésium diminue le processus inflammatoire de l'allergie, le chlorure de sodium facilite la décongestion des muqueuses et lutte contre l'obstruction nasale, le chlorure de potassium est utilisé pour ses propriétés de solvant et pour calmer l'inflammation, le cuivre renforce les défenses immunitaires.

L'eau de mer isotonique est obtenue par micro diffusion d'eau de mer. Elle apporte en plus par rapport au sérum physiologique, des oligoéléments naturels qui vont stimuler le système immunitaire local comme le cuivre (anti-infectieux), du manganèse (anti-inflammatoire, conseillé dans les rhinites allergiques, et du soufre (stimulant immunitaire) en cas d'affections récidivantes.

Exemple d'eau de mer isotonique : Lorhinol®, Physiomer®, Stérimar® Manganèse, Stérimar® Cuivre

8.2.1 Eau de mer hypertonique

L'eau de mer hypertonique offre l'avantage d'une action décongestionnante des fosses nasales par effet osmotique. Elle est intéressante, et à conseiller en cas de nez bouché.

L'inconvénient est une irritation locale due à l'effet hypertonique qui est plus agressif pour les muqueuses nasales.

Son utilisation est à réserver à partir de 6 mois, en cas de nez bouché sur une durée limitée à quelques jours. Elle n'est pas conseillée en usage préventif quotidien à cause de son effet irritatif.

Exemple d'eau de mer hypertonique : Hexamer® Hypertonique, Prorhinel® Extra Eucalyptus, Physiomer® hypertonique, Stérimar® nez bouché

8.2.2 Eau de mer et additif fluidifiant

Les solutions hypertoniques et fluidifiantes associent une solution hypertonique et un fluidifiant des mucosités.

En plus de l'action décongestionnante de l'eau de mer isotonique, on trouve un tensioactif qui exerce une action fluidifiante en détachant les sécrétions encombrant la muqueuse nasale.

La présence de chlorure de benzalkonium empêche le développement bactérien grâce à son action antiseptique.

① Ces solutions ne sont pas conseillées en usage préventif quotidien pour les mêmes raisons que les solutions hypertoniques.

Exemple d'eau de mer : Prorhinel® Spray Enfants-Adultes, Prorhinel® nourrissons-jeunes enfants

8.2.3 Eau de mer enrichie

Les formules enrichies sont des solutions à base d'eau de mer qui peuvent être enrichies en oligoéléments pour s'adapter ponctuellement aux différents terrains.

On retrouve des formules enrichies en <u>cuivre</u> et en <u>soufre</u>.

Les <u>formules enrichies en cuivre</u> ont des propriétés anti infectieuses. Elles seront à privilégier en cures chez la personne sujette aux infections hivernales (Stérimar® Cuivre).

Les <u>formules enrichies en soufre</u> ont des propriétés de régénération du tapis mucociliaire. Elles seront utilisées chez les personnes aux affections ORL chroniques. (Stérimar® Soufre, Actisoufre®).

Pour les nourrissons, les conditionnements disposent d'un système adapté, soit une forme qui s'adapte aux petites narines et une pulvérisation fine et non agressive.

8.2.4 Choix du soluté d'eau de mer

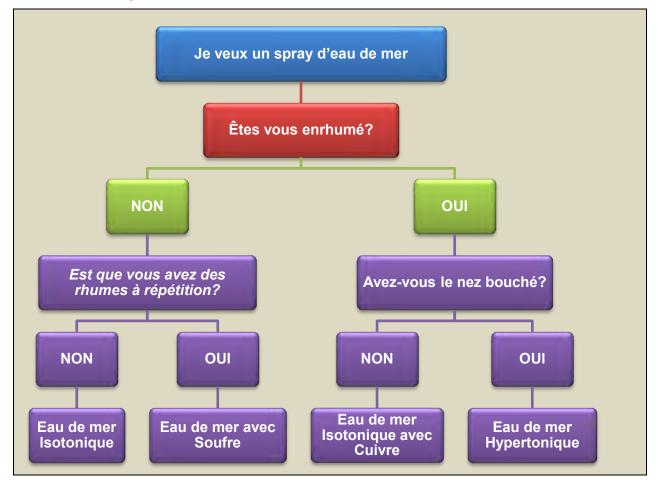


Figure 13 : Arbre décisionnel de choix de soluté d'eau de mer

8.2.5 Mode d'utilisation

SPRAY

La pression du jet du spray participe au décollement des sécrétions. Son intensité varie avec l'âge (présentation adulte, enfant ou nourrisson). Prendre soin de bien garder la tête droite afin d'éviter l'entrainement des mucosités et des germes dans le nez et/ou le pharynx. Pour éviter de propager les germes, chaque membre de la famille doit utiliser un spray nasal différent ou changer l'embout à chaque fois. L'embout est nettoyé à l'eau chaude ou à l'alcool à la fin de chaque lavage

PIPETTE

Elle permet un lavage de nez doux, sous faible pression. Cette technique est très souvent utilisée chez le nourrisson.

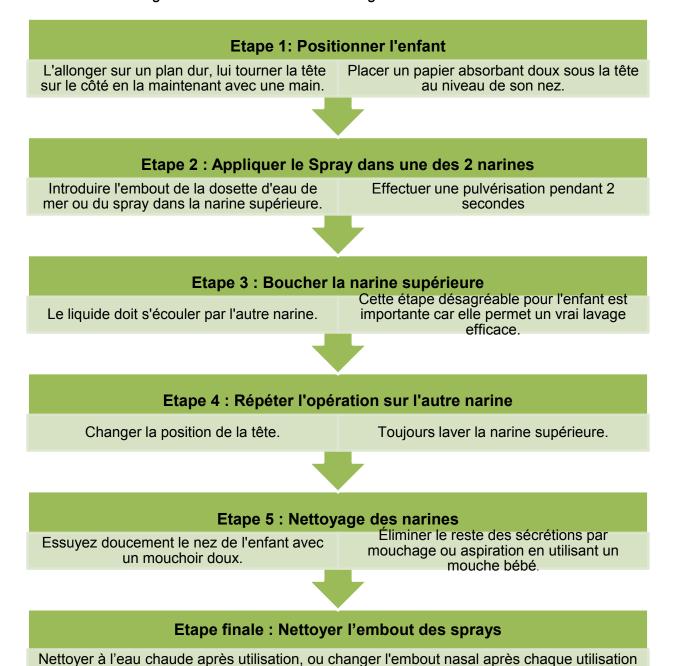
8.2.6 Comment laver le nez de son bébé?

Le nettoyage du nez est indispensable chez le nourrisson car il ne peut pas se moucher ou se faire moucher.

C'est le geste essentiel à réaliser en cas de rhume: cela draine, humidifie, favorise l'élimination des sécrétions nasales et donc, permet d'éviter les surinfections.

Les lavages doivent être réalisés 4 à 6/jour, avant chaque repas pour en faciliter la prise. Après le lavage, on procède à un mouchage soigneux. L'enfant n'acquiert le geste de mouchage qu'à l'âge de 2 ou 3 ans.

Figure 14 : Déroulement du lavage du nez du nourrisson



L'utilisation du mouche bébé se fait juste après le lavage de nez et avant le biberon pour que le bébé puisse téter plus facilement. Avant de commencer il faut se laver les mains.

s'il est jetable.

Figure 15 : Utilisation du mouche bébé

Préparer le mouche bébé : s'il n'est pas équipé d'un filtre spécial, insérer un petit bout de coton dans le bouchon filtre.

Placer l'embout nasal sur le corps de l'appareil.

Prendre l'embout buccal dans sa bouche puis positionner l'extrémité de l'embout nasal dans la narine du bébé.

Aspirer doucement et régulièrement.

Évacuer le mucus de l'embout nasal dans un mouchoir jetable en soufflant dans l'embout buccal.

Effectuer la même opération d'aspiration sur la deuxième narine.

Nettoyer l'embout du mouche bébé à l'eau chaude après utilisation, ou changer l'embout nasal après chaque utilisation s'il est jetable.

9 LES GOUTTES NASALES [10]; [19]; [11]

Les gouttes nasales sont à utiliser de préférence après le lavage de nez, et le mouchage du nez afin d'éviter que le principe actif soit neutralisé par le mucus. Les gouttes nasales doivent être instillées en position latérale tête basse, et non pas la tête en arrière car dans ce cas les gouttes gagnent le pharynx sans avoir eu aucun effet sur la muqueuse nasale. Les gouttes nasales sont classées en fonction du type de leur principe actif.

9.1 GOUTTES ANTISEPTIQUES

Elles contiennent un antiseptique local pour éliminer les virus contenus dans le mucus nasal.

<u>Euvanol® spray:</u> Géranium déterpené, Niaouli, Camphre, Bromure de benzalkonium (antiseptique local de la classe des ammoniums quaternaires).
 Cette spécialité contient des terpènes (niaouli et camphre) qui peuvent entraîner à dose excessive des accidents neurologiques à type de convulsions chez l'enfant.

La posologie est d'une pulvérisation par narine 4 à 6 fois par jour.

Attendre 2 à 3 heures entre chaque pulvérisation.

Réservé à l'adulte et l'enfant de plus de 30 mois.

 Rhinédrine®: Benzododécinium bromure (antiseptique local de la classe des ammoniums quaternaires).

Cette spécialité contient en tant qu'excipient des dérivés terpéniques (camphre) qui peuvent abaisser le seuil épileptogène avec un risque d'accidents à type de convulsions chez l'enfant.

La posologie est de 2 pulvérisations dans chaque narine 3 à 4 fois par jour chez l'adulte, et de 1 pulvérisation dans chaque narine 3 à 4 fois par jour chez l'enfant.

Réservé à l'adulte et l'enfant de plus de 30 mois.

 Humex® pulvérisation nasale, Chlorure de benzalkonium (antiseptique local de la classe des ammoniums quaternaires).

Cette spécialité contient en tant qu'excipient des dérivés terpéniques (cinéole) qui

peuvent abaisser le seuil épileptogène avec un risque d'accidents à type de convulsion chez l'enfant.

La posologie est de 1 à 2 pulvérisations dans chaque narine 4 à 5 fois par jour chez l'adulte, et de 1 pulvérisation dans chaque narine 3 à 4 fois par jour chez l'enfant.

Réservé à l'adulte et l'enfant de plus de 30 mois.

9.2 GOUTTES ANTIVIRALES

Il existe des gouttes à action antivirale locale contenant de l'iota-carraghénane. C'est un extrait d'une algue rouge, qui forme un film protecteur et hydratant sur la muqueuse nasale. Ce dernier revendique réduire la durée des rhumes en limitant la multiplication virale et en formant une barrière protectrice contre les agents extérieurs.

Exemple de gouttes antivirales : Surbroncviral®: iota-Carraghénane (Carragelose®)

La posologie est de 1 pulvérisation dans chaque narine au moins 3 fois par jour.

Réservé à l'adulte et l'enfant de plus de 12 mois.

9.3 GOUTTES AVEC VASOCONSTRICTEURS LOCAUX

Elles sont des sympathomimétiques directs par action sur les récepteurs alpha ou indirects par augmentation de la libération de noradrénaline (éphédrine).

Toutes les gouttes nasales avec un vasoconstricteur local sont soumisses à une prescription médicale, et ne peuvent donc pas être délivrées directement sur le conseil du pharmacien.

Comme gouttes nasales avec un vasoconstricteur local qui nécessitent une prescription, il existe par exemple :

Figure 16 : Gouttes nasales avec prescription médicale

ATURGYL®

(Oxymétazoline)

· Sympathomimétique alpha.

PERNAZÈNE®

(Oxymétazoline)

Sympathomimétique alpha.

DÉRINOX®

(Naftazoline + Prednisolone)

 Association d'un sympathomimétique alpha, et d'un glucocorticoïde ayant une activité antiinflammatoire sur les muqueuses nasales

RHINOFLUIMUCIL®

(Tuaminoheptane + Acétylcystéine + Chlorure de benzalkonium) • Association d'un sympathomimétique alpha, d'un mucolytique, et d'un antiseptique.

DÉTURGYLONE®

(Oxymétazoline + Prednisolone)

 Association d'un sympathomimétique alpha, et d'un glucorticoïde ayant une activité antiinflammatoire sur les muqueuses nasales.

Le fait que les gouttes avec vasoconstricteur locaux soient soumises à prescription médicale obligatoire se justifie par le risque d'effets secondaires qu'elles peuvent engendrer.

Effets indésirables susceptibles d'apparaitre

Les effets indésirables susceptibles d'apparaître sont :

- Favorisation de la survenue d'accident vasculaire cérébral, en raison de l'activité sympathomimétique alpha du vasoconstricteur chez les patients ayant des antécédents d'accident vasculaire cérébral.
- Risque de glaucome par fermeture de l'angle.
- Risque de rétention urinaire liée à des troubles urétro-prostatiques.
- Trouble de l'hémostase, avec notamment un risque d'épistaxis.

Il est important de noter que l'association de deux décongestionnants est contre-indiquée, quelle que soit la voie d'administration (orale et/ou nasale), une telle association est inutile et dangereuse et correspond à un mésusage, en raison du risque de vasoconstriction et/ou de poussées hypertensives accru.

Cette association contre indiquée est à garder à l'esprit dans le cas d'un patient qui se présente à l'officine avec une ordonnance pour des gouttes nasales vasoconstrictrices, et qui demande en parallèle un médicament contenant un vasoconstricteur par voie oral (Dolirhume®, Actifed jour et nuit®,...).

Des instillations répétées et/ou prolongées peuvent entraîner un passage systémique non négligeable des principes actifs.

Conseils officinaux

Pencher la tête vers l'avant pour éviter d'avaler le produit. Éviter d'utiliser des vasoconstricteurs locaux durant plus de trois jours (5 jours maximum), car ils entrainent une sinusite de rebond. Certaines personnes les trouvent irritants pour la muqueuse fragile du nez (risque d'épistaxis, troubles du goût et de l'odorat).

Concernant les médicaments associant un vasoconstricteur et un corticoïde, ils ne doivent pas être utilisés en cas de troubles de l'hémostase, notamment d'épistaxis et en cas d'infection orobuccale, nasale ou ophtalmique par le virus de l'herpès.

L'attention des sportifs est attirée sur le fait que la prednisolone peut induire une réaction positive des tests pratiqués lors des contrôles antidopage.

En conseil officinal il nous est donc impossible de conseiller des gouttes nasales vasoconstrictrices au patient pour soulager efficacement un nez qui coule par excès de production de mucus nasal clair et liquide.

On peut par contre proposer au patient pour le soulager des gouttes nasales à base de corticoïde qui auront une action anti-inflammatoire sur la muqueuse nasale, et donc diminuant la production de mucus nasal clair.

Cependant les gouttes nasales contenant un corticoïde n'ont pas l'indication dans la rhinite hivernale, mais uniquement dans la rhinite saisonnière.

Rien n'empêche de conseiller ce type de gouttes nasales à un patient qui a un écoulement nasal clair.

Parmi les gouttes nasales contenant un corticoïde, que l'on peut délivrer en conseil officinal, on retrouve par exemple :

Humex rhume des foins® (Béclométasone)
 Il possède une activité anti-inflammatoire sur les muqueuses nasales.

La posologie préconisée est de 400 microgrammes par jour, soit 1 pulvérisation dans chaque narine 4 fois par jour, en répartissant les prises uniquement chez l'adulte (plus de 15 ans).

Le béclométasone exerce un effet thérapeutique local à doses quotidiennes moyennes de 400 microgrammes chez l'adulte, tandis que son effet freinateur sur l'axe hypophyso-surrénalien par la voie nasale ne se manifeste qu'à posologie égale ou supérieure à 8000 microgrammes (8 mg).

La différence entre les doses thérapeutiques et celles susceptibles d'entraîner des effets hormonaux, ainsi que l'inactivation métabolique de ce produit, expliquent l'absence d'effets généraux indésirables à la posologie recommandée.

Beclo-rhino® (Béclométasone)

Il possède une activité anti-inflammatoire sur les muqueuses nasales.

La posologie préconisée est de 400 microgrammes par jour, soit 1 pulvérisation dans chaque narine 4 fois par jour, en répartissant les prises uniquement chez l'adulte (plus de 15 ans).

L'AMM du beclo-rhino® permet l'usage chez l'enfant à partir de 3 ans dans la rhinite allergique, cependant en conseil il est préférable de le conseiller uniquement chez l'adulte.

Le béclométasone exerce un effet thérapeutique local à doses quotidiennes moyennes de 400 microgrammes chez l'adulte, tandis que son effet freinateur sur l'axe hypophyso-surrénalien par la voie nasale ne se manifeste qu'à posologie égale ou supérieure à 8000 microgrammes (8 mg).

La différence entre les doses thérapeutiques et celles susceptibles d'entraîner des effets hormonaux, ainsi que l'inactivation métabolique de ce produit, expliquent l'absence d'effets généraux indésirables à la posologie recommandée.

10 LES INHALATIONS [12]; [10]; [19]

L'inhalation est une méthode qui permet une interface entre les principes actifs à base de plantes médicinales ou d'huiles essentielles et la sphère broncho-pulmonaire. Les molécules en suspension dans la vapeur d'eau sont inhalées, et celles-ci viennent ensuite se mettre en contact avec la muqueuse respiratoire (nez, sinus, gorge, poumons).

Les inhalations sont incontournables pour traiter les troubles respiratoires. Elles peuvent être parfois moins bien supportées chez les personnes asthmatiques ou allergiques.

10.1 PRECAUTIONS A PRENDRE

Avant de commencer une inhalation il y a des précautions à prendre pour que la séance d'inhalation soit la plus efficace et se déroule en toute sécurité :

- Faire attention que les voies respiratoires soient bien dégagées, si ce n'est pas le cas faire un nettoyage de chaque narine avec un spray d'eau de mer ou avec du sérum physiologique.
- Penser à retirer lunettes, lentilles de contact et bijoux qui pourraient vous brûler avec la chaleur dégagée par la vapeur d'eau.
- Etre bien installé pour que le bol d'eau bouillante, ou l'inhalateur (plus pratique) ne se renverse pas, et ne vienne interrompre la séance d'inhalation.
- Eviter de faire l'inhalation en présence de petits enfants.
 - o Risque de brûlure avec l'eau bouillante.
- Après une inhalation, attendre au moins 1 heure avant de sortir car les muqueuses dilatées par l'eau chaude sont plus sensibles au froid et perméables aux microbes.
- Surveiller toujours un enfant ou une personne âgée pendant l'inhalation.
 - La respiration doit être facilitée.
 - L'inhalation agréable.
 - En cas de gêne quelconque, il faut arrêter immédiatement.

L'idéal est de faire une inhalation le soir bien au chaud chez soi et loin des microbes de l'extérieur.

10.2 SEANCE D'INHALATION

Pour réaliser une séance d'inhalation il y a des étapes à respecter en commençant par :

- Porter de l'eau à ébullition.
- Après avoir fait bouillir l'eau, <u>attendre 1 ou 2 minutes avant de commencer</u> l'inhalation.
 - o Des vapeurs trop chaudes risquent de brûler les voies respiratoires.
- Verser l'eau bouillante dans un bol, ou un inhalateur que vous posez bien à plat sur une table.
- S'assoir confortablement face au bol, dans lequel vous ajoutez le produit.
- Enfermer le visage au-dessus des vapeurs, une serviette sur la tête, suffisamment grande pour bien vous isoler si un bol est utilisé ou positionner le visage sur l'inhalateur.

Une séance d'inhalation dure en moyenne 5 à 10 minutes à raison d'une fois par jour à 2 fois par jour maximum, avec une meilleure efficacité le soir.

La séance se termine quand l'eau ne produit presque plus de vapeur.

Il est à noter que les inhalations sont déconseillées chez les personnes allergiques ou asthmatiques surtout pendant une crise.

10.3 SPECIALITES DISPONIBLES

En conseil il existe plusieurs spécialités disponibles avec par exemple :

Balsolène® (eucalyptus, niaouli, lévomenthol, Benjoin)

Les dérivés terpéniques (eucalyptus, niaouli, lévomenthol) peuvent abaisser le seuil épileptogène, et le Basolène® est contre indiqué chez les nourrissons, et les jeunes enfants.

La posologie est d'une cuillère à café de solution dans un bol d'eau très chaude, avec un maximum de trois inhalations par jour.

Au-delà de cette posologie, il y a un risque de convulsion chez l'enfant, et la possibilité d'agitation et de confusion chez les sujets âgés.

Balsofumine simple® (baume du Pérou, benjoin, eucalyptus, lavande, thym) :

Les dérivés terpéniques (eucalyptus, lavande, thym) peuvent abaisser le seuil épileptogène, et le Balsofumine simple® est contre indiqué chez l'enfant de moins de 12 ans.

La posologie est d'une cuillère à café de solution dans un bol d'eau très chaude, avec un maximum de trois inhalations par jour.

Au-delà de cette posologie, il y a un risque de convulsions chez l'enfant, et la possibilité d'agitation et de confusion chez les sujets âgés.

Pérubore inhalation® (lavande, thym, romarin, thymol)

Les dérivés terpéniques (lavande, thym, romarin, thymol) peuvent abaisser le seuil épileptogène, et le Pérubore inhalation® est contre indiqué chez l'enfant de moins de 12 ans.

La posologie est d'une capsule dans un bol d'eau très chaude, avec un maximum de trois inhalations par jour.

Au-delà de cette posologie, il y a un risque de convulsion chez l'enfant, et la possibilité d'agitation et de confusion chez les sujets âgés.

Calyptol inhalant® (eucalyptol, alpha-terpinéol, pin, thym, romarin)

Les dérivés terpéniques (eucalyptol, alpha-terpinéol, pin, thym, romarin) peuvent abaisser le seuil épileptogène, et le Calyptol inhalant® est contre indiqué chez l'enfant de moins de 12 ans.

La posologie est d'une ampoule dans un bol d'eau très chaude, avec un maximum de trois inhalations par jour.

Au-delà de cette posologie, il y a un risque de convulsion chez l'enfant, et la possibilité d'agitation et de confusion chez les sujets âgés.

Activox comprimés pour inhalation® (baume du Pérou, romarin, thym, lavande, thymol)

Les dérivés terpéniques (baume du Pérou, romarin, thym, lavande, thymol) peuvent abaisser le seuil épileptogène, et l'Activox comprimés pour inhalation® est contre indiqué chez l'enfant de moins de 6 ans.

La posologie est d'un à deux comprimés dans un bol d'eau très chaude, avec un maximum de trois inhalations par jour.

Au-delà de cette posologie, il y a un risque de convulsion chez l'enfant, et la possibilité d'agitation et de confusion chez les sujets âgés.

Remarque les formes solutions et comprimés peuvent facilement être avalées et notamment par les enfants.

Pour la journée il existe aussi des inhalateurs de poche qui permettent une inhalation sèche rapide et facile à emporter pour aider à dégager le nez (Vicks inhaler®).

Il faut cependant faire attention aux excès d'utilisation répétée de trop nombreuses fois dans la journée car les risques sont les mêmes qu'avec les inhalations humides.

11 LES VITAMINES [20]; [22]; [23]

Les vitamines sont nécessaires à l'organisme humain pour son fonctionnement. Elles ont un rôle <u>anti-fatique</u>, <u>anti-oxydant</u>, et <u>anti-infectieux</u>.

C'est pour ces propriétés qu'elles sont reconnues pour le bienfait dans le traitement complémentaire du rhume. Il existe plusieurs vitamines, dont la plus utilisée est la vitamine C ou acide ascorbique que l'on retrouve utilisée seule ou en association avec d'autres vitamines.

11.1 VITAMINE C

La vitamine C ou acide ascorbique est une vitamine qui ne peut pas être synthétisée par l'organisme, elle doit être apportée par l'alimentation ou sous forme de complément alimentaire.

Figure 17 : Formule de l'acide ascorbique

La vitamine C est absorbée à 80-90% dans l'intestin après absorption orale. La dose journalière recommandée en vitamine C dépend de l'âge et de facteurs externes.

Tableau 13 : Apports nutritionnels recommandés en vitamine C

POPULATION	Dose de vitamine C par jour en mg
Nourrissons	35
ENFANTS DE 1 A 3 ANS	35
ENFANTS DE 4 A 12 ANS	40 à 60
ADOLESCENTS DE 13 A 19 ANS	60 à 100
ADULTES (HOMMES ET FEMMES)	60 à 100
GROSSESSE ET ALLAITEMENT	80 à 100
FUMEURS	120

Lors d'une infection par un rhume la concentration intra cellulaire en vitamine C des phagocytes (polynucléaire neutrophile, et macrophage) s'abaisse de manière importante avant de revenir à la normale en 4 à 5 jours. Les phagocytes permettent la destruction des virus par phagocytose et oxydation du virus. La vitamine C permettrait de neutraliser les produits oxygénés produit lors de la destruction des virus, et augmenterait le chimiotactisme des polynucléaires neutrophiles.

Dosage

La vitamine C possède donc une activité stimulatrice du système immunitaire en particulier sur les infections virales. La vitamine C permettrait une diminution de 5 à 35% de la durée ou de l'intensité des symptômes du rhume, avec un bénéfice plus important sur les patients ayant de faible apport en vitamine C. La dose thérapeutique de vitamine C pour être efficace doit être d'au moins 500 mg par jour, et avec une meilleure efficacité à une dose de 1000 mg.

En pratique, pour lutter contre le rhume, on proposera une dose de 1000mg de vitamine C par jour en prise unique le matin, sur une période n'excédant pas 30 jours. Les doses élevées supérieures à 1g favorisent chez certains patients l'apparition de troubles digestifs de type brûlures gastriques, et diarrhée, ou urinaires avec un risque de calcul.

Exemple de médicaments contenant de la vitamine C

Tableau 14 : Exemples de médicaments contenant de la vitamine C

VITAMINE C		
VITAMINE C UPSA® 500MG	Comprimé à croquer	
VITAMINE C UPSA® 1000MG	Comprimé effervescent	
VITAMINE C UPSA® 1000MG	Poudre pour solution buvable	
LAROSCORBINE® 1G	Comprimé effervescent	
LAROSCORBINE® 500MG	Comprimé à croquer	

Remarque, il existe de la vitamine C naturelle dérivée de l'acérola (petite cerise des Caraïbes et d'Amazonie), qui est extraite du jus de la baie d'acérola. On retrouve l'acérola dans les spécialités telles que l'Acérola ® 1000 d'arkopharma.

Contrairement à ce que son nom semble indiquer, Acérola ® 1000 ne contient pas 1000mg de vitamine C, mais 180mg de vitamine C par comprimé.

11.2 COMPLEXES POLYVITAMINIQUES

Les vitamines sont des substances essentielles à la vie, non synthétisées par l'organisme et dont la privation d'apport conduit à un syndrome de carence. Les vitamines sont indispensables au bon fonctionnement de l'organisme. Elles entrent dans de nombreuses réactions chimiques, permettant l'utilisation des divers nutriments absorbés. Il est tout à fait possible et même préférable d'obtenir ses nutriments d'un régime alimentaire sain et équilibré. Or, les enquêtes relèvent que bon nombre d'individus présentent une carence en plusieurs vitamines et minéraux essentiels.

Les complexes polyvitaminiques contiennent des vitamines et minéraux qui couvrent les apports journaliers recommandés par l'OMS. L'utilisation dans la rhinite, ne permettra pas de réduire la durée de l'infection du fait de leur concentration en vitamines C qui est moins importante que dans les spécialités contenant uniquement de la vitamine C (la teneur en vitamine C maximum retrouvée est de 500mg).

Cependant leur utilisation permet au patient de retrouver un état de forme plus rapidement après l'infection, et de reconstituer son capital de vitamines et de minéraux.

L'administration des complexes polyvitaminiques se fait en administration unique le matin.

11.2.1 Exemples de spécialités

Figure 18 : Exemples de spécialités de complexes polyvitaminiques

BEROCCA®	Comprimé pelliculé
BEROCCA®	Comprimé effervescent
AZINC FORME ET VITALITÉ®	Géllule
SUPRADYN INTENSIA®	Comprimé effervescent
Bion 3 Adulte®	Comprimé
BION 3 SÉNIOR®	Comprimé
BION 3 ÉNERGIE PLUS®	Comprimé
BION 3 ÉNERGIE CONTINUE®	Comprimé

11.2.2 Exemples de composition de complexes polyvitaminiques

Que contient BEROCCA®, comprimé pelliculé ?

Tableau 15: Substances actives du BEROCCA®

NITRATE DE THIAMINE (VITAMINE B1)	14,565 mg
RIBOFLAVINE (VITAMINE B2)	15,000 mg
CHLORHYDRATE DE PYRIDOXINE (VITAMINE B6)	10,000 mg
CYANOCOBALAMINE (VITAMINE B12)	0,010 mg
NICOTINAMIDE (VITAMINE PP OU B3)	50,000 mg
ACIDE PANTOTHENIQUE (VITAMINE B5)	23,000 mg
BIOTINE (VITAMINE B8 OU H)	0,150 mg
ACIDE ASCORBIQUE (VITAMINE C)	500,000 mg
ACIDE FOLIQUE (VITAMINE B9)	0,400 mg
CALCIUM	100,000 mg
MAGNESIUM	100,000 mg
ZINC	10,000 mg

Que contient l'AZINC forme et vitalité®?

Tableau 16 : Substances actives de l'AZINC forme et vitalité® pour 2 comprimés

BETA-CAROTENE	4,8mg
VITAMINE A	800 µg
VITAMINE D3	5 μg
VITAMINE E	10 mg
VITAMINE B1	1,4 mg
CALCIUM	120 mg
VITAMINE B2	1,6 mg
CHROME	25 mg
VITAMINE B3	18 mg
Cuivre	1,5 mg
VITAMINE B5	6 mg
FER	8 mg
VITAMINE B6	2 mg
MANGANESE	3,5 mg
VITAMINE B8	150 μg
MOLYBDENE	80 µg
VITAMINE B9	200 μg
SELENIUM	50 μg
VITAMINE B12	1 μg
ZINC	15 mg
VITAMINE C	120 mg

11.2.3 Apports journaliers recommandés en vitamines et minéraux

Tableau 17 : les apports journaliers recommandés en vitamines et minéraux

VITAMINES	AJR	MINERAUX	AJR
VITAMINE A (rétinol)	800 µg	Potassium	2 000 mg
VITAMINE D3 (cholécalciférol)	5 μg	CHLORURE	800 mg
VITAMINE E (tocophérol)	12 mg	CALCIUM	800 mg

VITAMINES	AJR	MINERAUX	AJR
VITAMINE K	75 μg	PHOSPHORE	700 mg
VITAMINE C	80 mg	Magnesium	375 mg
(acide ascorbique)		Will CONCESSION	
VITAMINE B1	1,1 mg	Fer	14 mg
(thiamine)			
VITAMINE B2	1,4 mg	ZINC	10 mg
(riboflavine)		<u> </u>	
VITAMINE B3	16 mg	Cuivre	1 mg
(ou PP, niacine)			
VITAMINE B6	1,4 mg	Manganese	2 mg
(pyridoxine)			
VITAMINE B9	200 µg	FLUORURE	3,5 mg
(acide folique)			
VITAMINE B12	2,5 µg	SELENIUM	55 µg
(cobalamine)			
BIOTINE	50 μg	CHROME	40 μg
VITAMINE B5	6 mg	MOLYBDENE	50 μg
(acide pantothénique)		IODE	150 µg

12 QUAND FAUT-IL CONSULTER UN MEDECIN ? [13];

Dans certain cas, il faut savoir passer le relai, et envoyer le patient consulter son médecin traitant.

Cependant pour orienter le patient, il faut savoir identifier les signes de gravité, pour ne pas retarder l'orientation du patient vers le médecin, ou au contraire orienter le patient vers son médecin alors que sa prise en charge à l'officine aurait suffi.

12.1 LES SIGNES QUI DOIVENT ALERTER

Nourrisson de moins de 6 mois

Une consultation chez un pédiatre est préférable.

Enfant

Changement de comportement de l'enfant (irritabilité, réveils nocturnes répétés), fièvre supérieure à 39°C ou persistant plus de 48 heures avec altération de l'état général.

En cas de non amélioration après 2 jours (toux, rhinorrhée, obstruction nasale persistante, conjonctivite purulente, troubles digestifs, gêne respiratoire, douleur et/ou écoulement d'oreille, troubles digestifs comme des vomissements ou une diarrhée...).

Adulte

Symptômes persistants plus de 7 jours avec fièvre, fièvre franche et brutale, perte des odeurs (anosmie), fatigue intense, douleurs maxillaires ou auriculaires, difficultés respiratoires, toux importante.

12.2 COMPLICATION AU COURS D'UNE RHINITE VIRALE



Figure 19 : Arbre décisionnel des signes de gravité

13 CONSEILS HYGIENO-DIETETIQUES [18]; [13]; [9]

Le conseil du pharmacien ne se limite pas uniquement à délivrer les médicaments adaptés au patient et les conseils pour son utilisation, des conseils hygiéno-diététiques sont aussi importants à délivrer au patient, et sont très appréciés par les patients. Bien entendu, il est inutile de délivrer tous les conseils hygiéno-diététiques à chaque patient, il faut les adapter à la personne en face de nous au comptoir, et en fonction de la disponibilité du patient.

Les conseils hygiéno-diététiques que l'on peut délivrer au patient sont par exemple:

Boire au moins 1,5litres d'eau par jour pour fluidifier les secrétions et les évacuer rapidement. Privilégier les boissons chaudes.

Nettoyer le nez avec une solution de lavage 1 à 6/j en fonction des besoins.

Se moucher de manière efficace et répétitive, et avec de préférence des mouchoirs jetables, toujours une narine après l'autre. Les mouchoirs jetables sont à jeter immédiatement à la poubelle.

Toujours se couvrir la bouche lorsque que l'on tousse et lorsque l'on éternue.

Éviter de fumer ou de s'exposer à la fumée secondaire, car la fumée de tabac irrite les sinus et les voies respiratoires.

Bien se laver les mains, en particulier après un éternuement. Après s'être lavé les mains, éventuellement, les désinfecter régulièrement avec un gel hydro-alcoolique désinfectant.

Renforcer votre système immunitaire : faire une cure de vitamine C ou adapter votre alimentation en favorisant les aliments riches en vitamine C tel que le kiwi, le poivron, les fruits rouges, l'orange, ou le pamplemousse.

Penser à bien aérer les pièces (30 minutes à une heure par jour), ne pas les surchauffer (18°C dans les chambres, 19°C dans le reste de la maison). L'aération des pièces de la maison et en particulier de la chambre pour éviter la stase des germes et leur propagation au sein de la famille.

Humidifier l'atmosphère de l'air en déposant un gant mouillé sur les radiateurs, ou en utilisant une bouilloire en la fessant chauffée couvercle ouvert par exemple.

Chez le nourrisson, fractionner les tétées ou les biberons pendant la journée et faire de nombreuses pauses au cours d'un même repas. Nettoyer le nez de son bébé juste avant la tétée.

Pour les rougeurs du nez liées au mouchage fréquent, on peut appliquer deux fois par jour sur l'aile du nez de l'Homéoplasmine®, ou Stérimar crème apaisante® pour soulager l'irritation et la rougeur du nez.

Eviter d'être en contact avec les nouveau-nés, leurs mères, ainsi que les personnes immunodéprimées.

Dormir la tête surélevée permet de favoriser le flux d'air dans les narines bouchées.

Utilisation de spray à base d'huiles essentielles pour assainir l'air peut être utile comme Phytosun Arôme spray habitat assainissant®, ou Puressentiel spray assainissant®.

14 CAS PARTICULIER

14.1 PATIENT AVEC UNE PATHOLOGIE CARDIAQUE

Chez un patient avec une posologie cardiaque, tous les médicaments conseils, qui sont à notre disposition, ne peuvent pas lui être délivrés. Comme vu précédemment dans au chapitre 5, les spécialités contenant un vasoconstricteur sont contre indiquées.

L'administration de pseudo-éphédrine chez un patient ayant une pathologie cardiaque, ne possède pas une balance bénéfice risque satisfaisante. Le risque d'augmentation du rythme cardiaque, et de crise de tachycardie a des effets indésirables très inquiétants chez un patient cardiaque, effets qui ne peuvent en aucun cas contrebalancer l'action de confort que procure la pseudo-éphédrine.

Pour un patient cardiaque se plaignant d'un gros rhume avec le nez bouché, la solution thérapeutique est de lui proposer des soins locaux, de l'homéopathie, ou de la phytothérapie.

14.2 PATIENT DE PLUS DE 65 ANS

Le patient de plus de 65 ans a souvent le même profil que le patient cardiaque. Attention, tous les patients de plus de 65 ans ne sont pas tous cardiaques, mais il faut porter une attention particulière à ce risque.

En cas de doute, le principe de précaution veut que l'on s'abstienne de lui délivrer un médicament contenant de la pseudo-éphédrine.

14.3 FEMME ENCEINTE, ET ALLAITANTE

Chez la femme enceinte ou allaitante, tout traitement allopathique, en dehors du paracétamol pour soulager la douleur ou la fièvre, est à proscrire. En aucun cas, l'Ibuprofène est à donner à une femme enceinte (contre-indication absolue à partir du 3éme mois de grossesse). De même la phytothérapie est à éviter (se reporter au chapitre sur les traitements phytothérapiques).

Les solutions thérapeutiques à proposer sont l'homéopathie à adapter aux symptômes (voir l'arbre décisionnel homéopathie), et les solutions d'eau de mer.

14.4 L'ENFANT

Chez l'enfant entre 6 mois et 6 ans, les symptômes du rhume ont une expression plus bruyante que chez l'adulte, et sont souvent accompagnés d'une fièvre jusqu'à 39°C.

La première solution thérapeutique à proposer consiste en les soins locaux avec du sérum physiologique, ou des eaux de mer spécialement prévues pour les enfants.

Pour faire baisser la fièvre, le premier réflexe est de proposer du doliprane® en sirop, en sachet, ou en suppositoire. La dose doit être adaptée au poids de l'enfant soit 60mg par kilogramme et par jour, ou soit 10mg par kilogramme toutes les 4 heures ou 15mg par kilogramme toutes les 6 heures.

PARTIE 3

ENCADREMENT DU CONSEIL

Les traitements symptomatiques ont pour objectif de diminuer et éventuellement supprimer tout signe gênant du rhume sans s'attaquer à sa cause ou à son mécanisme. Le conseil du pharmacien est primordial pour ce type de traitement. En établissant une bonne communication avec le patient, la confiance entre pharmacien et patient s'établira. Ainsi, la prescription du traitement du rhume sera la plus adaptée vis-à-vis de la gêne qu'il lui occasionne.

Il garde son chapeau à cause des rhumes, l'ôte souvent par politesse, et le remet tout de suite par prudence.

Citation de Jules Renard, écrivain (1864-1910)

15 METHODOLOGIE DE LA VENTE CONSEIL [24]

La première impression du patient se fait dès son entrée dans l'officine, le patient doit être accueilli de façon conviviale, et avec un réel intérêt envers le patient. Celui-ci doit ressentir que l'attention du pharmacien lui est entièrement dévolu, sans cela, le dialogue avec le patient ne pourra pas avoir lieu.

Pour pouvoir ressentir cette attention le patient doit être écouté. Cela permet en plus de cerner le problème du patient.

Questions Ecoute Reformulation

Figure 20 : Méthodologie de la délivrance conseil

15.1 LA REFORMULATION

C'est dire sous une autre forme ce qui vient d'être dit par le patient. La reformulation permet d'être sûr d'avoir compris, et d'éviter les erreurs d'interprétation, de valider la demande du patient, et de rassurer le patient, tout en lui montrant qu'il est bien compris.

Pour la reformulation il faut éviter d'utiliser des mots trop scientifiques qui ne seront pas correctement compris par le patient.

Cette reformulation permet l'analyse de la demande du patient, et appuiera le conseil.

<u>Exemple de reformulation :</u> « d'accord, vous avez le nez bouché, et vous toussez la nuit » ou « vous avez le nez bouché, et vous toussez la nuit car, en position allongée, les écoulements s'effectuent dans l'arrière gorge, ce qui provoque une irritation et donc un réflexe de toux ».

15.2 QUESTIONS

Après la reformulation, le pharmacien doit poser des questions pour donner le meilleur conseil pour le patient :

Avez-vous déjà pris quelque chose pour votre rhume?

Suivez-vous un traitement médical?

Remarque dans ce cas-là, la personne au comptoir est le patient, si cela n'est pas le cas il faut directement demander à qui le médicament est destiné.

16 COMMUNICATION- PHARMACIEN ET PATIENT [24]; [25]

Un patient qui demande un conseil en pharmacie attend de l'équipe officinale un traitement efficace et qui le soigne rapidement. Pour cela le patient doit percevoir l'effet bénéfique de la médication proposée.

Pour faire un conseil approprié le pharmacien doit bien sûr bien connaître les produits qu'il propose, mais aussi savoir les présenter de façon adéquate au patient.

Il existe des freins à la délivrance conseil que peut rencontrer le pharmacien.



Figure 21 : Communication- Pharmacien et patient

16.1 L'IMPRESSION DE VENTE FORCEE

Cette impression découle de l'équilibre difficile entre l'éthique pharmaceutique qui place au centre la santé publique, et le côté commerce qui remplace le patient par un client comme dans tout autre commerce.

16.2 LA CRAINTE DU REFUS DU CLIENT

C'est de ne pas proposer un produit nécessaire au patient par crainte d'un refus

.Ceci n'est pas dans l'intérêt du patient.

Le patient a le droit de refuser un produit, mais l'essentiel est de lui avoir proposé.

Il faut proposer le produit adapté au patient. Même si le produit est refusé, si le conseil est personnalisé et logique, le patient aura une bonne image de l'officine.

16.3 LA ROUTINE

C'est une mauvaise habitude qui empêche un conseil personnalisé au patient.

16.4 LA MAUVAISE CONNAISSANCE DES PRODUITS

La formation continue est donc nécessaire pour réussir son conseil.

On ne vend bien que ce que l'on connait bien».

17 ENCADREMENT DU CONSEIL

A l'officine l'attente de qualité du patient se retrouve aussi bien dans le produit délivré (produit contrôlé et sélectionné) que le service fourni par l'équipe pharmaceutique en matière de conseil (rappel des posologies, contrôle d'absence de contre-indication). En France les médicaments disponibles à l'officine sont contrôlés par l'ANSM qui valide les produits autorisés à la vente dans une officine. Ce contrôle permet de garantir au patient que le médicament qui lui sera délivré ne sera pas une contrefaçon.

Si le médicament est un produit parmi d'autres, qui comme eux, nécessite recherche, production, stockage et distribution, tout le monde s'accorde pour dire qu'il n'est pas un produit comme les autres. Il engage la santé et la vie. S'il guérit le médicament a permis des avancées de santé publique considérables en matière de guérison de nombreuses pathologies et donc d'augmentation de l'espérance de vie (insulines, antibiotiques, immunosuppresseurs, trithérapies, anticancéreux...), il présente aussi des risques. Tous les médicaments ont des effets secondaires même les médicaments ne nécessitants pas d'ordonnance pour être délivrés.

Les médicaments, qu'ils soient à prescription médicale facultative (PMF) ou à prescription médicale obligatoire (PMO) demandent les mêmes exigences de sécurité et de qualité.

L'équipe officinale a un rôle à jouer sur la qualité du conseil fourni auprès du patient, pour répondre à la satisfaction du patient.

Les principales exigences d'un patient dans la recherche de qualité de service sont la sécurité, la fiabilité, la disponibilité, l'efficacité, le bon rapport qualité/prix. Quand ses attentes ne sont pas satisfaites, le patient est « mécontent », et il y a un risque d'effet secondaire lié à la dispensation du médicament. Il est important de mettre en place une politique de qualité dans la dispensation de médicament conseil, car contrairement à la délivrance d'une ordonnance, il n'y a pas de second contrôle possible pour repérer les erreurs de délivrance.

17.1 DEMARCHE A.C.R.O.P.O.L.E [25]

La prise en charge doit être organisée et structurée dans sa globalité. Plusieurs méthodes la permettent. Différents temps identifiables composent cet accompagnement.

Le respect de la démarche A.C.R.O.P.O.L.E. proposée ci-dessous permettra une approche complète et sécurisée, d'une prise en compte réfléchie et d'une réponse optimale aux attentes des patients.

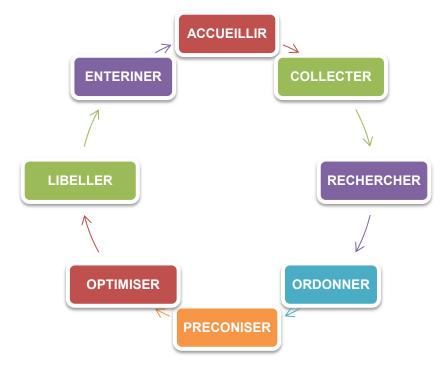


Figure 22 Démarche A.C.R.O.P.O.L.E

17.1.1 ACCUEILLIR

Se rendre entièrement disponible pour prendre en charge son interlocuteur est une exigence prioritaire.

Conforter par un sourire, la prise de contact doit être agréable, chaleureuse et professionnelle.

Le port obligatoire du badge permet l'identification de la fonction exercée par le professionnel de santé.

Des postes d'accueil dégagés, agencés pour respecter une confidentialité optimale, doivent permettre un échange ouvert et constructif.

17.1.2 COLLECTER

Bien appréhender l'objet de l'entretien nécessite de laisser au demandeur le temps de s'exprimer. Le recueil des informations apportées permet au pharmacien de comprendre les motifs de la requête. L'écoute doit être attentive. Le comportement sera empathique, empreint de tact, entre neutralité et compassion.

17.1.3 RECHERCHER

Compléter les demandes exposées est indispensable. Deux types d'interrogations successives et complémentaires s'imposent :

- Les questions ouvertes :
 - Elles sont formulées pour permettre une large expression, afin d'obtenir le plus d'informations possible en un minimum de questions en prenant en compte le contexte du patient.
 - Exemples: « Que vous arrive-t-il? », « Comment l'expliquez-vous? »...
- Les questions fermées :
 - Par leur réponse affirmative ou négative, elles permettent de compléter et préciser les informations recueillies pour affiner le conseil pharmaceutique.
 - Exemples : « Est-ce bien pour vous ? », « Êtes-vous allergique ? » «
 Prenez-vous d'autres médicaments ? »...

Compléter les informations recueillies par la consultation de l'historique déjà présent ou issu du Dossier Pharmaceutique optimise la démarche.

17.1.4 ORDONNER

Remettre en ordre les déclarations permet de s'assurer que rien n'a été omis. La reformulation concise des propos concrétise la demande.

Son approbation par l'interlocuteur est indispensable. Par exemple,

 « Pour résumer, vous souffrez d'un mal de gorge depuis hier, associé à une toux sèche gênante, surtout la nuit. Vous n'avez pas de fièvre et ne prenez pas d'autres médicaments. »

17.1.5 PRÉCONISER

L'analyse de l'ensemble des informations collectées permet une évaluation qui détermine la conduite à tenir selon l'alternative soit d'une prise en charge à l'officine (réconfort, recommandations comportementales, réponse médicamenteuse ...), soit d'une orientation vers le médecin traitant, ou les urgences.

17.1.6 OPTIMISER

Expliquer les raisons de la décision prise pour favoriser l'adhésion au traitement préconisé en s'assurant d'être bien compris.

Associer les conseils hygiéno-diététiques pour en renforcer l'efficacité.

17.1.7 LIBELLER

Développer un plan de prise permet le cas échéant de préciser les modalités d'administration du traitement préconisé (inscription de la posologie sur la boîte, quantités maximales par prise et par jour, délai et moment des prises, mise en garde, effets indésirables, associations déconseillées...).

17.1.8 ENTÉRINER

La finalisation de la démarche entreprise nécessite les actions de conclusion suivantes :

- S'assurer de la compréhension et de l'absence de question du patient :
 - o II est indispensable de laisser la possibilité au patient de s'exprimer sur ce

qui a été expliqué par le pharmacien ou le préparateur en pharmacie.

- Un questionnement simple permettra de s'en assurer :
 - « Mes explications sont-elles assez claires ? »
 - ou « Avez-vous d'autres questions à me poser ? »
- Ouvrir sur une autre demande pour faciliter la réponse à d'éventuels besoins complémentaires :
 - o «Désirez-vous autre chose ? » ou «Avez-vous besoin d'autre chose ? »

La signification respectueuse du terme de l'entretien doit transmettre l'intérêt porté et permettre une éventuelle suite à donner :

- «N'hésitez pas à venir me voir si besoin »,
- « Je reste à votre disposition en cas de besoin »
- ou « Tenez-moi informé».

17.2 AUTOMEDICATION [26]; [27]; [30]; [31]

Dans un sondage réalisé par Deloitte et Harris Inter active en février,2013, 68,% des personnes questionnées disent qu'elles sont favorables au recours à l'automédication.

L'automédication devient une pratique courante en France. En effet, selon ce sondage, si la plupart des personnes interrogées (42 %) dans le cadre de cette enquête se rendent en premier lieu dans les officines munies d'une prescription, elles sont quand même 28 % à se déplacer principalement pour de l'automédication. L'achat de médicaments accessibles sans ordonnance et non remboursables est un acte régulier pour 57 % d'entre elles.

Les Français de manière générale souhaitent devenir plus autonomes dans la prise en charge de leur santé, et n'hésitent pas à se rendre directement dans les pharmacies pour les maux qu'ils ressentent comme mineurs.

Les difficultés croissantes par endroits pour obtenir des rendez-vous chez les médecins, la proximité des pharmacies, le déremboursement de certains médicaments sont probablement autant de raisons supplémentaires de cette fréquentation des officines. Reflet de ce nouveau comportement, le marché de la médication officinale a connu une croissance de 3,2 % en 2012.

Pour les Français, le pharmacien d'officine garde un rôle central lors de l'achat du médicament, puisque, au-delà des conseils qu'il dispense, il est perçu comme le garant de la qualité des médicaments qu'il délivre.

17.3 EXEMPLE DE DYSFONCTIONNENT LORS D'UN CONSEIL [29]; [30]

17.3.1 Description de la délivrance

Un patient, attaché commercial de passage dans la région, souffre d'un fort rhume et souhaite un médicament très efficace qui lui permette de poursuivre son travail.

Le pharmacien adjoint lui conseille du Fervex®. Quelques instant plus tard, le patient revient furieux, il a lu sur la notice qu'il y avait un risque de somnolence qu'on ne lui a pas indiqué, et en plus il suit un traitement antihypertenseur.

Le patient demande l'échange du produit et émet des doutes sur la compétence du pharmacien adjoint.

Les conséquences négatives du dysfonctionnement sont :

- Pour le patient il y a un risque pour lui d'utiliser le Fervex® dans le cadre de son activité professionnelle qui l'oblige à utiliser son véhicule avec un réel risque d'assoupissement au volant, et donc un risque d'accident.
- De plus, en ne demandant pas au patient s'il prenait d'autres médicaments, le pharmacien aurait pu lui délivrer un vasoconstricteur, et il y aurait alors eu un risque d'augmentation de la tension artérielle du patient.
- Pour la pharmacie l'effet négatif de cette erreur est le malaise crée par ce conflit, la perte de temps nécessaire pour le régler, et la perte de crédibilité auprès des autres patients présents dans l'officine au moment du conflit.
- Ce type de comportement est de plus une porte ouverte à la sortie du monopole des médicaments disponibles sans ordonnance, vu qu'il n'y a pas eu de conseil associé à la délivrance.

Après la gestion de ce dysfonctionnement, il est impératif de chercher et d'analyser les causes qui ont conduit à cette erreur. Il existe plusieurs causes potentielles que l'on peut classer en cinq catégories :

Figure 23 : Plusieurs causes potentielles de dysfonctionnements de la délivrance

MOYEN

- Pas de consultation du dossier pharmaceutique
- Pas de fiche d'information sur les indications des médicaments conseils, leurs précautions d'emploi et leurs contre-indications

MILIEU

- · Heure de forte affluence, et donc nécessité d'aller vite
- Patient de passage inconnu de l'équipe, pressé et peu disposé à discuter

MAIN D'OEUVRE

- •Routine, manque d'intérêt pour l'acte de conseil
- ·Mauvaise connaissance du produit

MATIÈRE

- •Stock important de Fervex® à vendre
- ·Banalisation de l'utilisation des médicaments conseils

MÉTHODE

- Pas de contrôle systématique face à une demande de conseil
- Pas de question de contrôle nécessaire à la délivrance

Il est important après avoir identifié les causes responsables de cette erreur de rechercher des solutions aux causes du dysfonctionnent.

Figure 24 : Solutions pour pallier aux dysfonctionnements de délivrance

Moyen

- Consultation du dossier pharmaceutique, même s'il n'est pas forcément évident de le faire en pratique. En effet, le patient est peu habitué à présenter sa carte vitale pour une demande spontanée, et il n'a pas forcement son dossier pharmaceutique ouvert. Il ignore peut-être même son existence.
- « Interrogatoire » systématique du patient pour connaître les pathologies, et les traitements en cours s'il s'agit d'un patient de passage, ou consultation de l'historique du patient s'il s'agit d'un patient connu de l'équipe.
- Suivi régulier des caractéristiques des produits saisonniers disponibles en conseil.

Milieu

• Ne pas céder à la pression d'un patient pressé, et rester calme.

Main d'oeuvre

- Sensibiliser l'équipe à une connaissance approfondie de tous les médicaments conseils proposés grâce à des formations internes ou des laboratoires.
- Rédiger des fiches produits conseils, et des fiches pathologies.

Matière

• Fiches produits avec indications précises, précautions d'emploi et contre-indications facilement et rapidement disponibles.

Méthode

 Poser les questions essentielles pour bien évaluer le problème du patient et pour répondre de façon adéquate aux besoins exprimés.

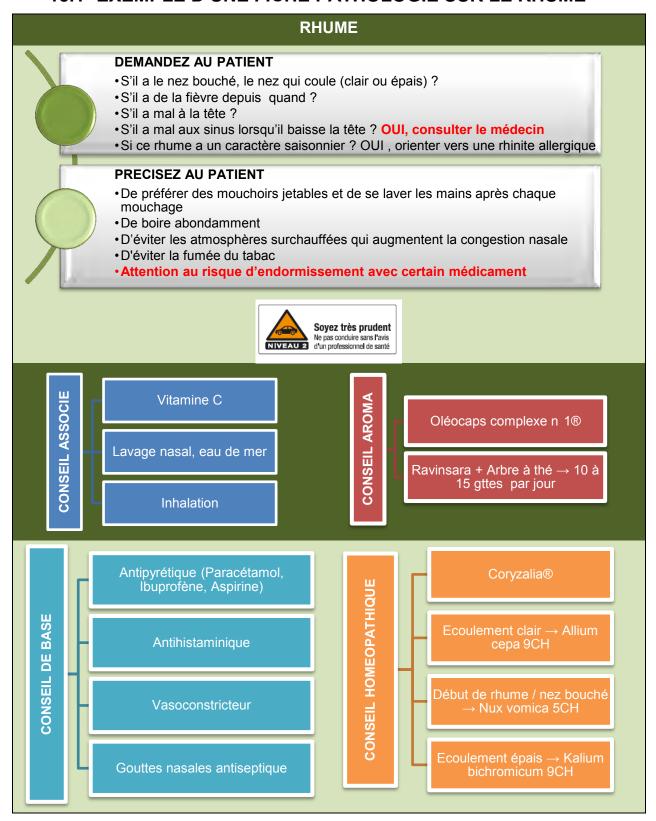
18 REDACTION D'UNE FICHE PATHOLOGIE [29]; [30]

La présence de fiche pathologie permet de rapidement retrouver les informations importantes à savoir sur la pathologie, les questions à poser au patient, les conseils à donner au patient, les thérapeutiques proposées, et les conseils associés.

Cette fiche pathologie sur le rhume ne peut bien sûr pas être placée à la vue du patient, mais elle doit être facilement et rapidement consultable. Le plus simple est de positionner la fiche pathologie du rhume sur les réglettes des médicaments conseils que l'on utilise couramment, et qui se trouvent dans le back office. De plus aller dans le back office permet de prendre le temps de réfléchir tranquillement au traitement le plus adapté au patient, et remettre ses idées en ordre. Ce déplacement dans le back office est aussi vécu par certains patients comme un acte rassurant, en donnant l'impression au patient que l'on lui délivre un traitement adapté et personnel, et non le même traitement qu'aux autres patients.

Une fiche pathologie sur le rhume peut être rédigée par un membre de l'équipe officinale. Elle peut également être mise à disposition par les laboratoires pharmaceutique, ou les groupements de pharmacie.

18.1 EXEMPLE D'UNE FICHE PATHOLOGIE SUR LE RHUME



18.2 REDACTION D'UNE FICHE PRODUIT CONSEIL [29]; [30]

La fiche produit conseil permet de faire un rappel sur le médicament conseil qui est très utile pour la délivrance d'un conseil. Pour être utile cette fiche doit rappeler les informations importantes de la spécialité de façon claire et concise.

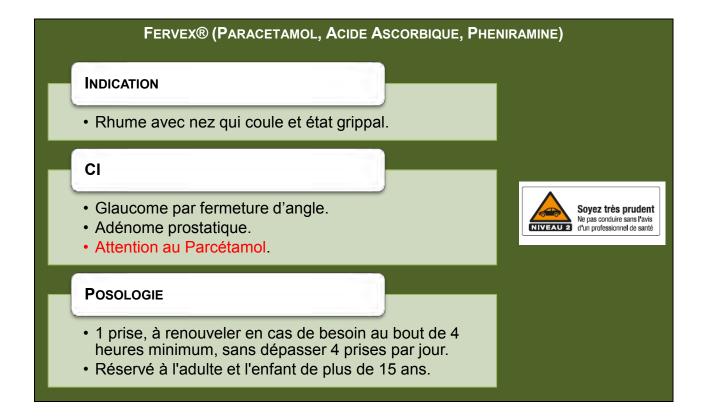
Les points importants à transcrire sur cette fiche médicament conseil, sont:

- Une indication précise
- Les contres indications
- La posologie adulte, et enfant si elle existe

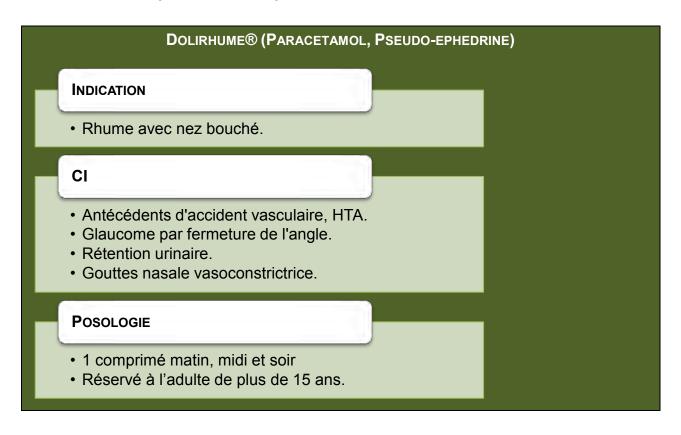
Comme la fiche pathologie, la fiche médicament conseil doit être uniquement placée dans le back office hors de portée de vue des patients, et devant le produit concerné. Cette fiche permet à l'équipe officinale de se mettre en tête rapidement la posologie et les contre-indications éventuelles.

Bien sûr aujourd'hui grâce à l'outil informatique on peut consulter le Vidal en ligne. Mais pour cela, il faut au préalable avoir bipé le produit ou taper le nom du produit. Cette action qui représente une perte de temps en cas de doute sur la posologie par exemple, et peut être perçu par le patient contrairement à la lecture rapide de la fiche médicament conseil dans le back office.

18.2.1 Exemple d'une fiche produit conseil : Fervex®



18.2.2 Exemple d'une fiche produit conseil : Dolirhume®



18.2.3 Exemple d'une fiche pathologie et médicament conseil

a) Eau de mer isotonique

CARACTÉRISTIQUES : PRINCIPE ACTIF ET ASPECT GALÉNIQUE

- Stérimar®, Physiomer®, Humer®
- 1 à 3 pulvérisations 2 à 3 fois/j

PROPRIÉTÉS

 Hygiène nasale quotidienne

AVANTAGE PATIENT: « CE QU'ON LUI DIT »

- Draine le nez, prévient les risques de surinfection en éliminant les sécrétions, pollens, polluants.
- Produit naturel respectant la muqueuse nasale si usage quotidien.
- Humidifie en douceur votre nez si nez sec.

b) Eau de mer hypertonique

CARACTÉRISTIQUES : PRINCIPE ACTIF ET ASPECT GALÉNIQUE

- Physiomer® hypertonique, Stérimar® nez bouché
- 1 à 3 pulvérisations 2 à 3 fois/j

PROPRIÉTÉS

- Hypertonicité permettant un effet osmotique qui va.
- Décongestionner le nez.

- A utiliser en cas de nez bouché ou infecté.
- Un appel d'eau va permettre de décoller les sécrétions et de faciliter l'évacuation.

c) Gouttes nasales

CARACTÉRISTIQUES : PRINCIPE ACTIF ET ASPECT GALÉNIQUE

- Humex rhume®, Euvanol®, Necyrane®, Desomedine®...
- 4 à 6 pulvérisations par jour.

PROPRIÉTÉS

- Essences végétales antiseptiques.
- Produits antiseptiques à action locale.
- Eviter Euvanol® chez la femme enceinte.

AVANTAGE PATIENT: « CE QU'ON LUI DIT »

 Limite le développement de bactéries et les écoulements purulents.

d) Inhalation

CARACTÉRISTIQUES : PRINCIPE ACTIF ET ASPECT GALÉNIQUE

- Activox inhalation®, Pérubore® + inhalateurs de poche
- Ne pas s'exposer à de fortes variations de températures dans les 15 minutes suivant l'inhalation.

PROPRIÉTÉS

- Huiles essentielles antiseptiques.
- Eviter chez la femme enceinte.

AVANTAGE PATIENT: « CE QU'ON LUI DIT »

 Ces huiles essentielles vont avoir un effet antiseptique et favoriser le confort respiratoire.

e) Eau de mer + Soufre

CARACTÉRISTIQUES : PRINCIPE ACTIF ET ASPECT GALÉNIQUE

Cure de 10-15j.

PROPRIÉTÉS

Hygiène nasale.

AVANTAGE PATIENT: « CE QU'ON LUI DIT »

 Désinfecte votre nez et aide à prévenir les infections ORL récidivantes.

f) Eau de mer + Cuivre

CARACTÉRISTIQUES : PRINCIPE ACTIF ET ASPECT GALÉNIQUE

Sterimar cuivre ®

PROPRIÉTÉS

· Hygiène nasale.

AVANTAGE PATIENT: « CE QU'ON LUI DIT »

 Désinfecte votre nez et aide à guérir les infections ORL.

g) Pommades

CARACTÉRISTIQUES : PRINCIPE ACTIF ET ASPECT GALÉNIQUE

 Homéoplasmine®, HEC®

PROPRIÉTÉS

 Hydratante, cicatrisante.

AVANTAGE PATIENT: « CE QU'ON LUI DIT »

 Cette pommade va soulager l'irritation causée par les mouchages fréquents.

h) Vasoconstricteurs

CARACTÉRISTIQUES : PRINCIPE ACTIF ET ASPECT GALÉNIQUE

- Humex rhume®, Dolirhume®
- Pseudo éphédrine +Paracétamol.
- 1-2 cp 3 fois par jour.

PROPRIÉTÉS

- Vasoconstricteurs
- Décongestionnant
- Eviter chez la femme enceinte.
- Contre-indiqué en cas d'allaitement, < 12 ans, Hypertension non contrôlée.

- A utiliser si votre nez est bouché.
- En resserrant les vaisseaux sanguins de votre muqueuse nasale, cela permet de dégager votre nez et de faciliter la respiration.
- Le paracétamol va soulager vos maux de tête.

i) Antihistaminiques

CARACTÉRISTIQUES : PRINCIPE ACTIF ET ASPECT GALÉNIQUE

- Fervex®, Rhinofébral®
- Antihistaminique + Paracétamol + Vitamine C
- 1 sachet 2-3 fois /jour.

PROPRIÉTÉS

- Diminue l'écoulement nasal, les larmoiements, les éternuements.
- Antalgique et antipyrétique.
- Contre-indiqué en cas d'adénome prostatique ou en cas de glaucome à angle fermé.
- A éviter chez la femme enceinte, allaitante, conducteur de machine.

- A utiliser si votre nez coule.
- Ce médicament va empêcher la dilatation des vaisseaux de votre muqueuse nasale et ainsi diminuer l'écoulement.
- Il va également stopper vos éternuements grâce à son action antiallergique.
- Si question du client

 La vitamine C va
 réduire la gravité et
 la durée de votre
 rhume, elle va
 également
 compenser l'effet
 somnolent de l'autre
 molécule.

j) Antihistaminiques + Vasoconstricteurs

CARACTÉRISTIQUES : PRINCIPE ACTIF ET ASPECT GALÉNIQUE

- Humex jour et nuit®, Dolirhumepro®
- 1 cp jour matin, midi, soir.
- + 1 cp nuit au coucher.

PROPRIÉTÉS

- Décongestionnant.
- Antiallergique.
- Antalgique et antipyrétique.

- A utiliser, si il y a alternance de nez bouché et de nez qui coule.
- L'antihistaminique va compenser l'effet excitant du vasoconstricteur car il est sédatif. Si vous êtes gêné par l'effet excitant, je vous conseille l'association de deux molécules.

19 CONCLUSION

Le rôle du pharmacien n'est pas d'effectuer un diagnostic. Le diagnostic est un examen clinique que seul un médecin peut effectuer.

Le pharmacien, de par ses connaissances des différentes pathologies, est apte à délivrer les conseils adaptés au patient qui se présente au comptoir pour une demande spontanée. A partir de ce constat, le pharmacien est amené à questionner le patient. En fonction des réponses du patient et des symptômes décrits par celui-ci, il pourra donner le traitement symptomatique le plus adapté pour répondre aux différentes plaintes qui ont été exposées.

Le pharmacien par ses conseils avisés en tant que professionnel de la santé assure de fait un service de proximité en offrant au patient une grande disponibilité. De nos jours, le patient est de plus en plus enclin au réflexe « pharmacien » pour traiter les pathologies bénignes et courantes telles que le rhume. Vue le contexte économique, cette pratique est très encouragée par les autorités de santé qui ne rembourse plus un grand nombre de médicaments, et justifier ainsi une meilleure maîtrise des dépenses de santé.

Pour réussir dans l'exercice officinal, le pharmacien doit en permanence se former, et compléter ses connaissances. La formation du pharmacien dans le conseil officinal passe par une formation continue sur les nouveaux médicaments conseils mis sur le marché et ainsi garantir la sécurité pour l'usage de ces médicaments.

Pour contrer la menace de sortie du monopole des médicaments conseils, et leurs ventes dans la grande distribution, nous devons prouver notre importance dans la dispensation de conseil en assurant un rôle de professionnel de santé à chaque délivrance, et en démontrant à la population que le médicament n'est pas un bien de consommation comme les autres.

Quand Paris s'enrhume, l'Europe prend froid.

Citation de Klemens Wenzel, diplomate autrichien(1773-1859)

BIBLIOGRAPHIE

- [1] BONFILS P., Pathologie ORL et cervico-faciale : Comprendre, agir, traiter, Ellipses, 1996.
- [2] KLOSSEK JM., Les sinusites et rhinosinusites, MASSON, 2000.
- [3] LORIOL M., Le rhume, Le moniteur, n° 24, Cahier II du n° 2505, 11 Septembre 2003.
- [4] BERTEUX E., Pathologie ORL, Actualités pharmaceutiques N° 412, Octobre 2012.
- [5] BOIRON M. et PAYRE-FICOT A., Homéopathie le conseil au quotidien, Cedh, 2000.
- [6] MASSON J., L'homéopathie de A à Z : Mieux connaître l'homéopathie pour bien l'utiliser au quotidien, Marabout, 2013.
- [7] BOIRON, «http://www.boiron.fr/Nos-produits/Medicaments-homeopathiques/Medicationfamiliale,» [En ligne]. [Accès le 11 Septembre 2014].
- [8] LEHNING, «http://www.lehning.com/fr/solutions/orl,» [En ligne]. [Accès le 11 Septembre 2014].
- [9] WELEDA, «http://www.weleda.fr/fr/les-produits/medicaments/index,» [En ligne]. [Accès le 11 Septembre 2014].
- [10] PETIT M., La prévention du rhume, Le moniteur, n°74, Cahier II du n° 2795, 26 Septembre 2009.
- [11] Vidal (90ème édition), Vidal, 2014.
- [12] La revue prescrire, Petit manuel de Pharmacovigilance et Pharmacologie clinique Hors série, 2011.
- [13] LACROIX D. et BONTEMPS F., Rhume, toux et maux de gorge, Le moniteur formation n°167, Cahier II du n°2952, 13 Octobre 2012.

- [14] CAQUET R., La médication officinale (3ème édition), MASSON, 2009.
- [15] OLLIER C., Phytothérapie et pathologies hivernales, Le moniteur n°66, Cahier II du n°2600, 22 Octobre 2005.
- [16] GOETZ P. et GHEDIRA K., Phytothérapie anti-infectieuse, Springer, 2012.
- [17] MAILHEBIEU P., La nouvelle aromathérapie (2ème édition), Jakin-Boaz, 1997.
- [18] BRUNETON J., Phytothérapie : Les données de l'évaluation, Tec & Doc Lavoisier, 2002.
- [19] R. D., Conseil en aromathérapie (2ème édition), Pro-officina, 2008.
- [20] CLOSSE C., Les indispensables du conseil, Le moniteur (2ème partie), Cahier III du n°2952, 13 Octobre 2012.
- [21] BEYLOT G., Soulager les symptômes d'un rhume, Actualités pharmaceutiques N° 460, Février 2007.
- [22] LE GRUSSE J. et WATIER B., Les vitamines Données biochimiques, nutritionnelles et cliniques, Laboratoire Roche Nicholas, 1995.
- [23] BATES C.J., «The function and metabolism of vitamin C in man -,» Applied Science Publishers, London, 1982.
- [24] BIRLOUEZ-ARAGON I., FIEUX B., POTIER DE COURCY G. et HERCBERG S., Que nous enseigne le modèle de la vitamine C?, Cah Nutr. Diét, 2000.
- [25] HUME R. et WEYERS E, Changes in leucocyte ascorbic acid during the common cold, Scot. Méd. J., 1973.
- [26] MARTIN F., La vente-conseil, Les essentiels du pharmacien, Le moniteur (2ème édition), 2007.
- [27] Conseil de l'ordre, Groupe de travail Recommandations, Accueil Pharmaceutique des Patients Sans Ordonnance, Septembre 2011.
- [28] AFIPA/CELTIPHARM, Baromètre Afipa 2012 de l'automédication, étude réalisée auprès de 3004 pharmaciens, janvier 2013.

BIBLIOGRAPHIE

- [29] IFOP, "Les Français et le système de santé: qu'attend l'usager du système? ", Etude pour le Groupe de pharmaciens d'officine PHR, 2012.
- [30] D. e. H. Interactive, Baromètre santé 2013: Les Français et le système de santé: prise de conscience d'un changement inévitable, étude réalisée auprès de 2000 Français, 2000.
- [31] A. B., T. C. et C. J., « Perception, expérience et attentes du grand public vis-à-vis du pharmacien d'officine », Bull Ordre Pharm, 2003.
- [32] COSTEDOAT-LAMARQUE M. et SARRAUTE-SOLETCHNIK C., La qualité en pratique. Pas à pas vers une démarche réussie, Le moniteur, 2009.
- [33] PITET L., La qualité à l'officine, Le moniteur, 2004.

TABLES DES ILLUSTRATIONS

LISTES DES TABLEAUX

Tableau 1 : Facteurs favorisant des rhinites virales [1]	- 16 -
Tableau 2 : Virus et Pourcentage des Rhinites [2]	18 -
Tableau 3 : CORYZALIA®	- 30 -
Tableau 4 : Mercur sol complexe N°39® Lehning	- 31 -
Tableau 5 : SINUSPAX® comprimé	- 32 -
Tableau 6 : L52® solution buvable en gouttes	- 33 -
Tableau 7 : Infludo® solution buvable en gouttes	- 33 -
Tableau 8 : Principales souches homéopathiques et leur utilisation	- 34 -
Tableau 9 : Principales souches homéopathiques - Dosage	- 37 -
Tableau 10 : Médicaments contenant un Vasoconstricteur	- 39 -
Tableau 11 : Médicaments contenant un Antihistaminique	- 47 -
Tableau 12 : Huiles essentielles unitaires	- 50 -
Tableau 13 : Apports nutritionnels recommandés en vitamine C	- 67 -
Tableau 14 : Exemples de médicaments contenant de la vitamine C	- 68 -
Tableau 15 : Substances actives du BEROCCA®	- 69 -
Tableau 16 : Substances actives de l'AZINC forme et vitalité® pour 2 comprimés	- 70 -
Tableau 17 : les apports journaliers recommandés en vitamines et minéraux	- 70 -

TABLES DES ILLUSTRATIONS

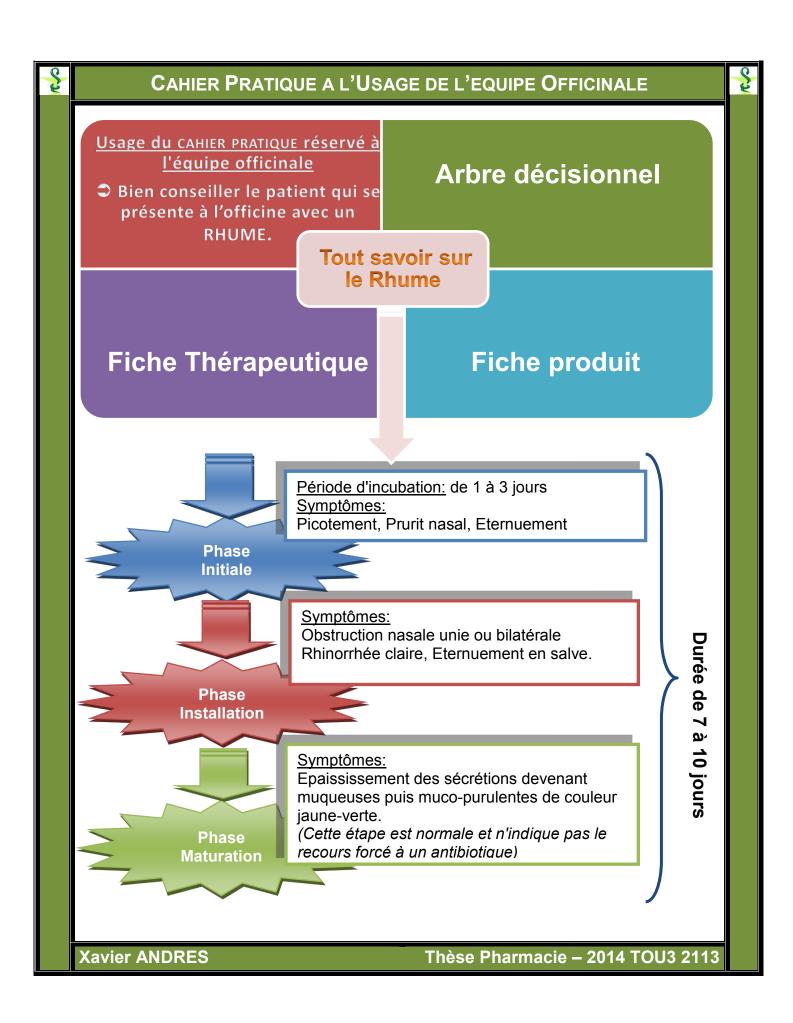
LISTES DE FIGURES

Figure 1 : Rhume –maladie inflammatoire 13 -	
Figure 2 : les trois phases successives du Rhume 15 -	
Figure 3 : Moyens de défense mis en place en cas de rhinite virale - Défense aspécifique [1]- 23 -	
Figure 4 : Moyens de défense mis en place en cas de rhinite virale - Réaction inflammatoire [1]- 24	4
Figure 5 Moyens de défense en cas de rhinite virale : La réponse immunitaire [1] 26 -	
Figure 6 : Tableau clinique de la rhinite virale 27 -	
Figure 7 : Arbre décisionnel du traitement homéopathique pour l'écoulement aqueux 36 -	
Figure 8 : Arbre décisionnel du traitement homéopathique pour l'écoulement épais 36 -	
Figure 9 : Arbre décisionnel du traitement homéopathique pour le nez bouché 37 -	
Figure 10 : Ephédrine et Pseudo-éphédrine 39 -	
Figure 11 : Pharmacocinétique de la pseudo-éphédrine 41 -	
Figure 12 : Arbre décisionnel du choix de traitement allopathique 48 -	
Figure 13 : Arbre décisionnel de choix de soluté d'eau de mer 54 -	
Figure 14 : Déroulement du lavage du nez du nourrisson 56 -	
Figure 15 : Utilisation du mouche bébé 57 -	
Figure 16 : Gouttes nasales avec prescription médicale 60 -	
Figure 17 : Formule de l'acide ascorbique 66 -	
Figure 18 : Exemples de spécialités de complexes polyvitaminiques 69 -	
Figure 19 : Arbre décisionnel des signes de gravité 73 -	
Figure 20 : Méthodologie de la délivrance conseil 78 -	
Figure 21 : Communication- Pharmacien et patient 79 -	
Figure 22 Démarche A.C.R.O.P.O.L.E 81 -	
Figure 23 : Plusieurs causes potentielles de dysfonctionnements de la délivrance 86 -	
Figure 24 : Solutions pour pallier aux dysfonctionnements de délivrance 87 -	

ANNEXE – CAHIER PRATIQUE A L'USAGE DE L'EQUIPE OFFICINALE : TOUT SAVOIR SUR LE RHUME

Le cahier pratique est destiné à l'équipe officinale. Il a été construit dans un objectif comme son nom l'indique d'offrir un support pratique à partir duquel l'équipe officinale s'appuiera pour conseiller le patient qui se présente à l'officine avec un rhume. Il comprend les arbres décisionnels, une fiche thérapeutique et des fiches produits pour adopter la meilleure option thérapeutique.

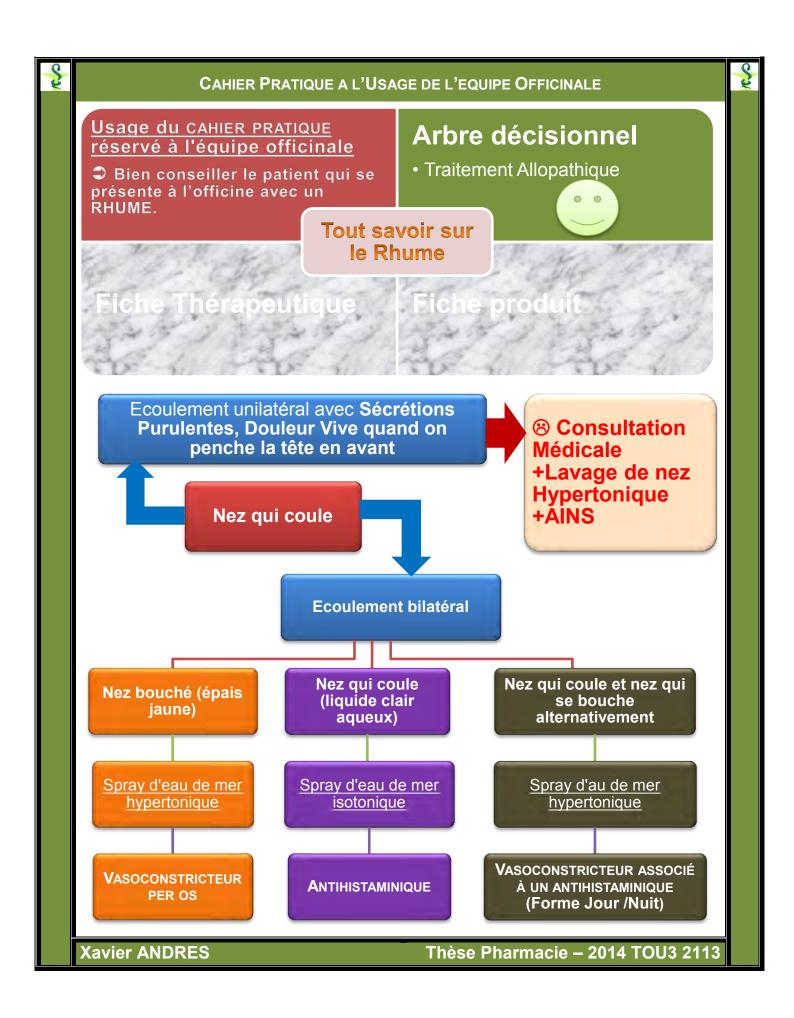


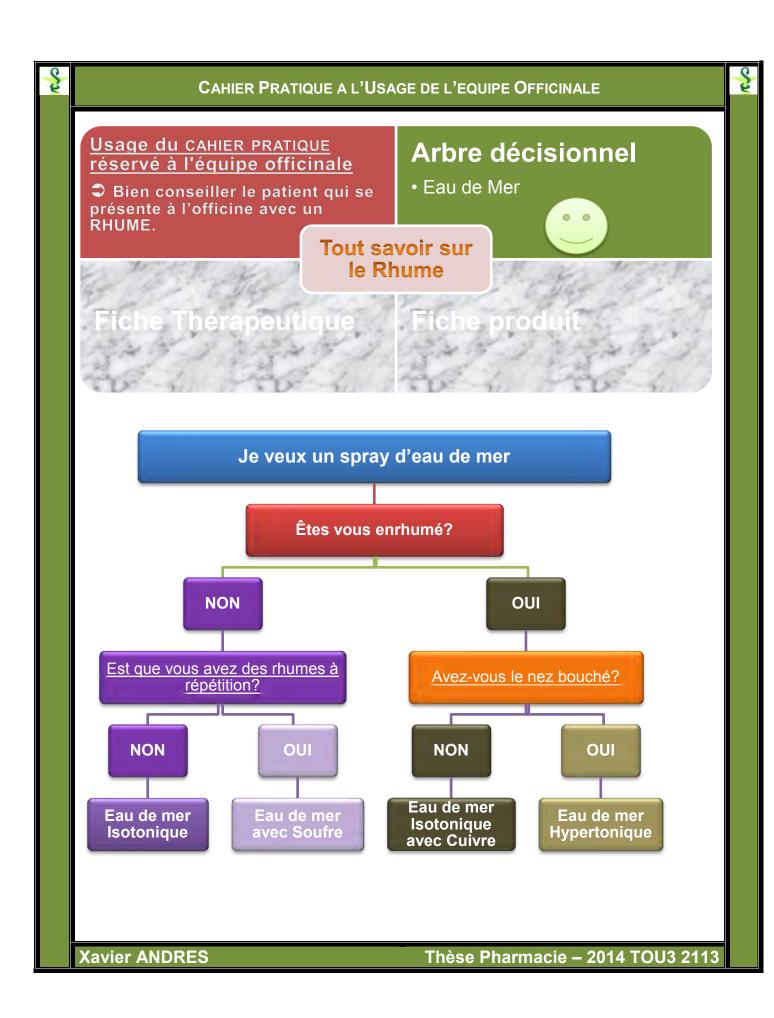
















<u>Usage du CAHIER PRATIQUE</u> réservé à l'équipe officinale

⇒ Bien conseiller le patient qui se présente à l'officine avec un RHUME.

Arbre décisionnel

Quand faut-il consulter un médecin ?

Tout savoir sur le Rhume

Fiche Thérapeutique

Fiche produit

Votre rhume dure-t-il plus de 10 jours?

Avez-vous de la fièvre depuis plus de 3 jours?

Avez -vous de douleurs persistantes au niveau des sinus?

Présentez-vous une gêne respiratoire?

Souffrez-vous d'autres symptômes hormis ceux du rhume ? Conjonctivite? Fatigue importante? Diarrhée?...

Réponse <u>positive à</u> <u>au moins 1</u> <u>question</u>

> Complication bactérienne probable

Consultation médicale

Réponse <u>négative à</u> toutes les questions

Rhume non compliqué

Traitement symptomatique

Réponse **négative avec** présence de facteur de **risque de complication bactérienne** (immunodépression, otite, ...)

Rhume susceptible de se compliquer

Traitement symptomatique avec information sur le risque de complication

Xavier ANDRES

<u>Usage du CAHIER PRATIQUE</u> réservé à l'équipe officinale

➡ Bien conseiller le patient qui se présente à l'officine avec un RHUME. Arbre décisionnel

Tout savoir sur le Rhume

Fiche Thérapeutique

Fiche A

Fiche produit

DEMANDEZ AU PATIENT

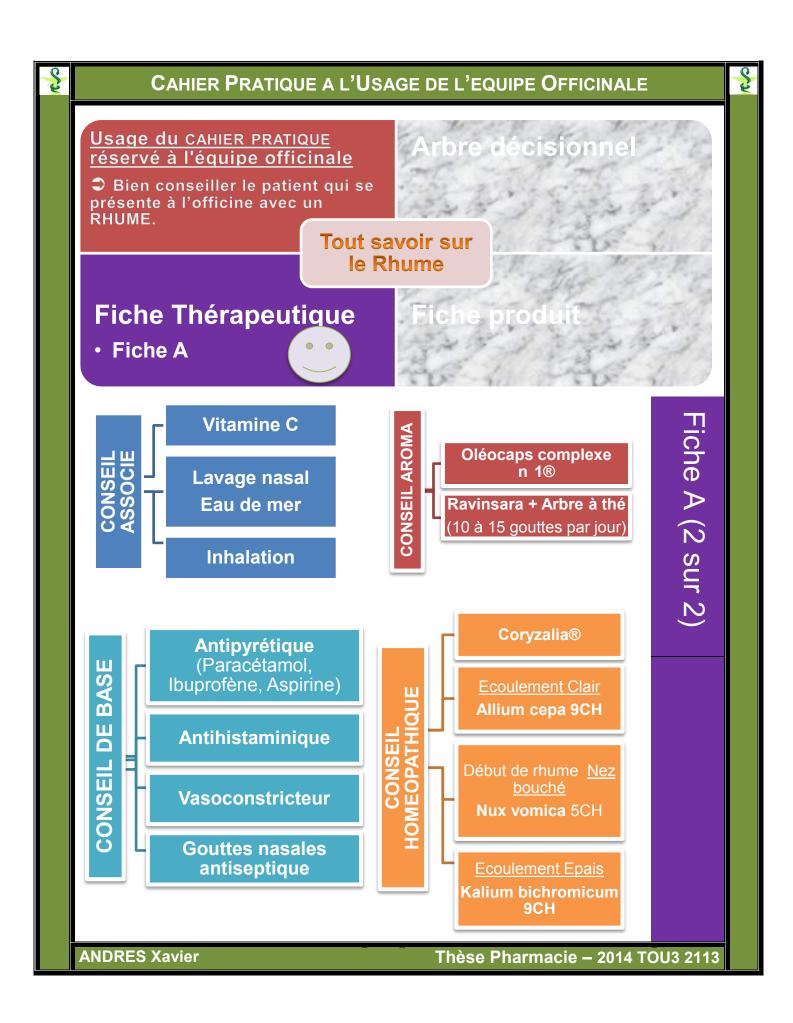
- S'il a le nez bouché, le nez qui coule ?
 - Clair ou Epais
- S'il a de la fièvre, depuis quand?
- S'il a mal à la tête?
- S'il a mal aux sinus lorsqu'il baisse la tête ?
 - · Oui , consulter le médecin
- Si le rhume a un caractère saisonnier ?
 - Oui , s'orienter vers la rhinite allergique

PRECISEZ AU PATIENT

- De préférer des mouchoirs jetables et de se laver les mains après chaque mouchage
- De boire abondamment.
- D'éviter les atmosphères surchauffées
 - qui augmentent la congestion nasale
- D'éviter la fumée du tabac

Attention au risque d'endormissement avec certain médicament.

ANDRES Xavier







Usage du CAHIER PRATIQUE réservé à l'équipe officinale

➡ Bien conseiller le patient qui se présente à l'officine avec un RHUME. Arbre décisionnel

Tout savoir sur le Rhume



Fiche Thérapeutique

Fiche produit

• Fervex® (Paracétamol, Acide Ascorbique, Pheniramine)

INDICATION

Rhume avec nez qui coule et état grippal.

CI

- Glaucome par fermeture d'angle.
- · Adénome prostatique.
- · Attention au Parcétamol.

Posologie

- 1 prise, à renouveler en cas de besoin au bout de 4 heures minimum, sans dépasser 4 prises par jour.
- Réservé à l'adulte et l'enfant de plus de 15 ans.



Xavier ANDRES





Usage du CAHIER PRATIQUE réservé à l'équipe officinale

➡ Bien conseiller le patient qui se présente à l'officine avec un RHUME. Arbre décisionnel

Tout savoir sur le Rhume



Fiche Thérapeutique

Fiche produit

 Dolirhume® (Paracétamol, Pseudoéphédrine)

INDICATION

· Rhume avec nez bouché.

CI

- · Antécédents d'accident vasculaire, HTA.
- · Glaucome par fermeture de l'angle.
- Rétention urinaire.
- Gouttes nasale vasoconstrictrice.

Posologie

- 1 comprimé matin, midi et soir
- Réservé à l'adulte de plus de 15 ans.

Xavier ANDRES





<u>Usage du CAHIER PRATIQUE</u> réservé à l'équipe officinale

➡ Bien conseiller le patient qui se présente à l'officine avec un RHUME. Arbre décisionnel

Tout savoir sur le Rhume

Fiche Thérapeutique

Fiche produit

Pathologie et médicament conseil:
 Eau de mer isotonique

CARACTÉRISTIQUES : PRINCIPE ACTIF ET ASPECT GALÉNIQUE

- Stérimar®, Physiomer®, Humer®
- 1 à 3 pulvérisations 2 à 3 fois/j

PROPRIÉTÉS

 Hygiène nasale quotidienne

AVANTAGE PATIENT: « CE QU'ON LUI DIT »

- Draine le nez, prévient les risques de surinfection en éliminant les sécrétions, pollens, polluants.
- Produit naturel respectant la muqueuse nasale si usage quotidien.
- Humidifie en douceur votre nez si nez sec.

Xavier ANDRES





Usage du CAHIER PRATIQUE réservé à l'équipe officinale

⇒ Bien conseiller le patient qui se présente à l'officine avec un RHUME. Arbre décisionnel

Tout savoir sur le Rhume



Fiche Thérapeutique

Fiche produit

Pathologie et médicament conseil:
 Eau de mer hypertonique

CARACTÉRISTIQUES : PRINCIPE ACTIF ET ASPECT GALÉNIQUE

- Physiomer® hypertonique, Stérimar® nez bouché
- 1 à 3 pulvérisations 2 à 3 fois/j

PROPRIÉTÉS

- Hypertonicité permettant un effet osmotique qui va.
- Décongestionner le nez.

AVANTAGE PATIENT: « CE QU'ON LUI DIT »

- A utiliser en cas de nez bouché ou infecté.
- Un appel d'eau va permettre de décoller les sécrétions et de faciliter l'évacuation.

Xavier ANDRES





<u>Usage du CAHIER PRATIQUE</u> réservé à l'équipe officinale

⇒ Bien conseiller le patient qui se présente à l'officine avec un RHUME. Arbre décisionnel

Tout savoir sur le Rhume



Fiche Thérapeutique

Fiche produit

Pathologie et médicament conseil:
 Gouttes nasales

CARACTÉRISTIQUES : PRINCIPE ACTIF ET ASPECT GALÉNIQUE

- Humex rhume®, Euvanol®, Necyrane®, Desomedine®...
- 4 à 6 pulvérisations par jour.

PROPRIÉTÉS

- Essences végétales antiseptiques.
- Produits antiseptiques à action locale.
- Eviter Euvanol® chez la femme enceinte.

AVANTAGE PATIENT: « CE QU'ON LUI DIT »

 Limite le développement de bactéries et les écoulements purulents.

Xavier ANDRES





Usage du CAHIER PRATIQUE réservé à l'équipe officinale

⇒ Bien conseiller le patient qui se présente à l'officine avec un RHUME. Arbre décisionnel

Tout savoir sur le Rhume



Fiche Thérapeutique

Fiche produit

• Pathologie et médicament conseil: Inhalation

CARACTÉRISTIQUES : PRINCIPE ACTIF ET ASPECT GALÉNIQUE

- Activox inhalation®, Pérubore® + inhalateurs de poche
- Ne pas s'exposer à de fortes variations de températures dans les 15 minutes suivant l'inhalation.

PROPRIÉTÉS

- Huiles essentielles antiseptiques.
- Eviter chez la femme enceinte.

AVANTAGE PATIENT: « CE QU'ON LUI DIT »

 Ces huiles essentielles vont avoir un effet antiseptique et favoriser le confort respiratoire.

Xavier ANDRES





Usage du CAHIER PRATIQUE réservé à l'équipe officinale

⇒ Bien conseiller le patient qui se présente à l'officine avec un RHUME. Arbre décisionnel

Tout savoir sur le Rhume



Fiche Thérapeutique

Fiche produit

• Pathologie et médicament conseil: Eau de mer + Soufre

CARACTÉRISTIQUES : PRINCIPE ACTIF ET ASPECT GALÉNIQUE

• Cure de 10-15j.

PROPRIÉTÉS

Hygiène nasale.

AVANTAGE PATIENT: « CE QU'ON LUI DIT »

 Désinfecte votre nez et aide à prévenir les infections ORL récidivantes.

Xavier ANDRES





Usage du CAHIER PRATIQUE réservé à l'équipe officinale

⇒ Bien conseiller le patient qui se présente à l'officine avec un RHUME. Arbre décisionnel

Tout savoir sur le Rhume



Fiche Thérapeutique

Fiche produit

• Pathologie et médicament conseil: Eau de mer + Cuivre

CARACTÉRISTIQUES : PRINCIPE ACTIF ET ASPECT GALÉNIQUE

• Sterimar cuivre ®

PROPRIÉTÉS

· Hygiène nasale.

AVANTAGE PATIENT: « CE QU'ON LUI DIT »

 Désinfecte votre nez et aide à guérir les infections ORL.

Xavier ANDRES





<u>Usage du CAHIER PRATIQUE</u> réservé à l'équipe officinale

⇒ Bien conseiller le patient qui se présente à l'officine avec un RHUME. Arbre décisionnel

Tout savoir sur le Rhume

Fiche Thérapeutique

Fiche produit

Pathologie et médicament conseil:
 Pommades

CARACTÉRISTIQUES : PRINCIPE ACTIF ET ASPECT GALÉNIQUE

• Homéoplasmine®, HEC®

PROPRIÉTÉS

 Hydratante, cicatrisante.

AVANTAGE PATIENT: « CE QU'ON LUI DIT »

 Cette pommade va soulager l'irritation causée par les mouchages fréquents.

Xavier ANDRES





Usage du CAHIER PRATIQUE réservé à l'équipe officinale

➡ Bien conseiller le patient qui se présente à l'officine avec un RHUME. Arbre décisionnel

Tout savoir sur le Rhume



Fiche Thérapeutique

Fiche produit

 Pathologie et médicament conseil: Vasoconstricteurs

CARACTÉRISTIQUES : PRINCIPE ACTIF ET ASPECT GALÉNIQUE

- Humex rhume®, Dolirhume®
- Pseudo éphédrine +Paracétamol.
- 1-2 cp 3 fois par jour.

PROPRIÉTÉS

- Vasoconstricteurs
- Décongestionnant
- Eviter chez la femme enceinte.
- Contre-indiqué en cas d'allaitement, < 12 ans, Hypertension non contrôlée.

AVANTAGE PATIENT: « CE QU'ON LUI DIT »

- A utiliser si votre nez est bouché.
- En resserrant les vaisseaux sanguins de votre muqueuse nasale, cela permet de dégager votre nez et de faciliter la respiration.
- Le paracétamol va soulager vos maux de tête.

Xavier ANDRES





<u>Usage du CAHIER PRATIQUE</u> réservé à l'équipe officinale

➡ Bien conseiller le patient qui se présente à l'officine avec un RHUME. Arbre décisionnel

Tout savoir sur le Rhume



Fiche Thérapeutique

Fiche produit

Pathologie et médicament conseil:
 Antihistaminiques

CARACTÉRISTIQUES : PRINCIPE ACTIF ET ASPECT GALÉNIQUE

- Fervex®, Rhinofébral®
- Antihistaminique + Paracétamol + Vitamine C
- 1 sachet 2-3 fois /jour.

PROPRIÉTÉS

- Diminue l'écoulement nasal, les larmoiements, les éternuements.
- Antalgique et antipyrétique.
- Contre-indiqué en cas d'adénome prostatique ou en cas de glaucome à angle fermé.
- A éviter chez la femme enceinte, allaitante, conducteur de machine.

AVANTAGE PATIENT: « CE QU'ON LUI DIT »

- A utiliser si votre nez coule.
- Ce médicament va empêcher la dilatation des vaisseaux de votre muqueuse nasale et ainsi diminuer l'écoulement.
- Il va également stopper vos éternuements grâce à son action antiallergique.
- Si question du client

 La vitamine C va
 réduire la gravité et
 la durée de votre
 rhume, elle va
 également
 compenser l'effet
 somnolent de l'autre
 molécule.

Xavier ANDRES





<u>Usage du CAHIER PRATIQUE</u> réservé à l'équipe officinale

➡ Bien conseiller le patient qui se présente à l'officine avec un RHUME. Arbre décisionnel

Tout savoir sur le Rhume



Fiche Thérapeutique

Fiche produit

• Pathologie et médicament conseil: Antihistaminique+Vasoconstricteur

CARACTÉRISTIQUES : PRINCIPE ACTIF ET ASPECT GALÉNIQUE

- Humex jour et nuit®, Dolirhumepro®
- 1 cp jour matin, midi, soir.
- + 1 cp nuit au coucher.

PROPRIÉTÉS

- Décongestionnant.
- Antiallergique.
- Antalgique et antipyrétique.

AVANTAGE PATIENT: « CE QU'ON LUI DIT »

- A utiliser, si il y a alternance de nez bouché et de nez qui coule.
- L'antihistaminique va compenser l'effet excitant du vasoconstricteur car il est sédatif. Si vous êtes gêné par l'effet excitant, je vous conseille l'association de deux molécules.

Xavier ANDRES

RESUME

Le rhume est une pathologie bénigne, courante et bien connue du grand public. Même si le rhume est bénin, il représente un nombre non négligeable de consultations à l'officine pour avoir un conseil officinal pertinent et apte à soulager le patient. Pour garantir, un conseil officinal professionnel, et de qualité, il est primordial de connaitre les phénomènes physiologiques qui sont mis en jeu au niveau des voies respiratoires, et les agents infectieux responsables du rhume. Les traitements disponibles en officine pour soulager un rhume sont nombreux et variés. Ils vont de l'allopathie avec les vasoconstricteurs (pseudo-éphédrine), et les antihistaminiques, en passant par l'homéopathie, la phytothérapie, et bien sûr les soins locaux tels que les eaux de mers, les gouttes nasales, ou les inhalations. Un conseil officinal ne se limite pas à la délivrance du produit, il doit s'accompagner de conseil sur la posologie, et de conseils l'hygiéno-diététiques. De plus en tant que professionnel de la santé, le pharmacien doit s'assurer que le médicament proposé ne sera pas en contre-indication avec l'état pathologique du patient.

MOTS-CLES: RHUME, RHINITE, VASOCONSTRICTEUR, ANTIHISTAMINIQUE, CONSEIL OFFICINAL, EAUX DE MER, COMMUNICATION A L'OFFICINE, QUALITE A L'OFFICINE

ABSTRACT

The cold is a benign pathology, common and well-known worldwide. Even though the cold is not a serious illness, it still represents a significant number of consultations at the pharmacy in order to have relevant medicinal advice which will be able to relieve the patient. In order to guarantee medicinal advice which is both professional and good medical care, the knowledge of physiological phenomena should emphasize the link between breathing pathways and infectious agents which are responsible for the development of common cold. Plenty of varied treatments to relieve colds are available in pharmacies: from allopathy using vasoconstrictor (pseudo ephedrine) to antihistamines, passing through homeopathy, herbal medicine, and of course local care (sea waters, nasal drops, or inhalations), Medicinal advice should not be restricted to the delivery of the product; it must be accompanied by recommendations on the dosage and some lifestyle guidance. Moreover, as a healthcare professional, the pharmacist has to be sure that the proposed drug will suit the patient's medical condition.

KEYWORDS: COLD, RHINITIS, VASOCONSTRICTOR, ANTIHISTAMINE, MEDICAL ADVICE, SEAWATER, COMMUNICATION AT THE PHARMACY, GOOD MEDICINAL CARE AT THE PHARMACY

DISCIPLINE ADMINISTRATIVE: Pharmacie

INTITULE ET ADRESSE DE L'UFR OU DU LABORATOIRE

UFR de Pharmacie, Université Paul Sabatier TOULOUSE III 35 chemins des maraichers, 31400 TOULOUSE

DIRECTEUR DE THESE: AMOUROUX Noël