

LES PRODUITS DE SANTÉ NATURELS: POUR Y VOIR PLUS CLAIR

Annie Roberge, pharmacienne
CLSC Haute-Ville
CSSS de la Vieille Capitale



Plan

- ▣ Un mythe
- ▣ Définition
- ▣ Les problèmes
- ▣ Le règlement sur les PSN
- ▣ Les risques
- ▣ Les personnes à risque
- ▣ 10 produits les plus populaires: quelques précautions
- ▣ Réduire les risques



Un MYTHE

Naturel = inoffensif

Champignons toxiques



Berce du Caucase



Tabac



Digitale



Pavot blanc



If du Canada



Produits de santé naturels (PSN)

- ▣ Produits à base de:
 - Extraits de plantes, algues, bactéries, champignons ou tissus animaux non humains
 - Vitamines et minéraux
 - Acides aminés et acides gras essentiels
 - Probiotiques
 - Produits homéopathiques
 - Produits traditionnels chinois ou ayurvédiques



Santé
Canada

Health
Canada

Les problèmes



- ▣ “Absence” de contrôle avant 2004
- ▣ Qualité des produits
 - Mauvaise identification des plantes
 - Impuretés
- ▣ Contaminants
 - Métaux lourds (plomb, mercure, arsenic...)
 - Pesticides
 - Pollen et moisissures
 - Médicaments sur ordonnances (cortisone, Viagra...)
- ▣ Manque de données sur l’efficacité et la sécurité
- ▣ Manque de formation “des intervenants”

Règlement sur les PSN du Canada

- ▣ En vigueur depuis janvier 2004
- ▣ 41 000 produits évalués
- ▣ 11 000 à évaluer (d'ici 2013)
- ▣ License de mise en marché obligatoire
- ▣ NPN, DIN-HM, DIN, NE (ex: NPN 23456789)
- ▣ Indiquent que la formulation, l'étiquetage et le mode d'emploi ont été examinés et approuvés par Santé Canada



Effets indésirables



Si une substance a des effets, c'est qu'elle provoque des changements dans l'organisme. Ces changements peuvent parfois être indésirables.

Exemples:

- ↑ pression artérielle
 - Ginseng
 - Ma huang
 - Réglisse

- Toxicité pour le foie
 - Kava
 - Actée à grappes noires
 - Millepertuis

Interactions

Le PSN modifie l'effet du "médicament" ou vice versa

- Perte d'efficacité ou effet toxique

Exemples:

- Millepertuis
 - Perte d'efficacité de nombreux médicaments
 - ↑ la toxicité des antidépresseurs
- Anticoagulants (Coumadin^{md}, Aspirine, Plavix^{md})
 - Risque de saignements
 - Ginkgo biloba, Ginseng, Glucosamine, Ail, Matricaire, Dong quai, Griffes du diable, Vitamine E ...



Contre-indications

Condition qui rend le “traitement” nuisible

Exemples:

- ▣ Haute pression
 - Ginseng

- ▣ Maladie bipolaire
 - Ginseng
 - Millepertuis

- ▣ Maladies du système immunitaire
 - Echinacée



Risque indirect par le retard de
consultation pour
des conditions sérieuses.



Personnes à risque





Réduire les risques



- ▣ Consommer uniquement les PSN qui ont un NPN, DIN-HM, DIN ou NE.
- ▣ Si vous faites partie des “personnes à risque”, consultez toujours votre médecin ou votre pharmacien avant d'utiliser un PSN.
- ▣ Informez les professionnels de la santé que vous consultez de tous les PSN que vous consommez.



Réduire les risques



- ▣ Ne cessez jamais de prendre un médicament prescrit sans d'abord en parler à votre médecin ou votre pharmacien.
- ▣ Utilisez les PSN pour une courte période (< 3 mois).
- ▣ Consultez votre médecin si les symptômes persistent.



Réduire les risques



- ▣ Consultez votre médecin ou pharmacien si des effets indésirables apparaissent à la suite de l'utilisation d'un PSN.
- ▣ Si vous devez subir une chirurgie, cesser les PSN au moins 2 semaines avant l'intervention.
- ▣ Méfiez-vous des produits miracles.



Réduire les risques

- ▣ Éviter les achats par la poste ou par Internet.
- ▣ Lisez attentivement et respectez les conditions et le mode d'emploi ainsi que les mises en garde sur l'étiquette.
- ▣ Consultez des sources d'informations fiables.



Sources d'informations



- ▣ Vos professionnels de la santé
- ▣ PasseportSanté.net
www.passeportsante.net/fr/Solutions/PlantesSupplements/Index.aspx
- ▣ Option consommateurs. *Produits de santé naturels et médicaments: un mélange parfois risqué.*
www.option-consommateurs.org/documents/principal/fr/File/psn_repertoire_fr_600208.pdf
- ▣ Collège des médecins du Québec et Ordre des pharmaciens du Québec. *Les produits naturels.*
www.opq.org/fr/media/docs/produitsnaturelscorr..pdf

Sources d'informations (suite)

- ▣ *Medline plus*
www.nlm.nih.gov/medlineplus/druginfo/herb_All.html
- ▣ *National center for complementary and alternative medicine* nccam.nih.gov
- ▣ *Herbmed* www.herbmed.org/index.asp
- ▣ *Rxlist* www.rxlist.com/supplements/article.htm

Sources d'informations (suite)

▣ Site Internet de Santé Canada

Médicaments et produits naturels

www.hc-sc.gc.ca/dhp-mps/index-fra.php

- Base de données des PSN homologués
- Compendium des monographies des PSN
- Avis, mises en garde et retraits

Sources d'informations PSN et cancer

- ▣ National cancer institute

www.cancer.gov/cancertopics/thinking-about-CAM

- ▣ National cancer institute's office of complementary and alternative medicine

www.cancer.gov/cam/health_patients.html

www.cancer.gov/cam/health_camaz.html

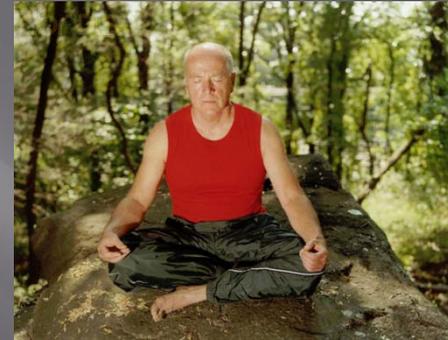
- ▣ National center for complementary and alternative medicine

nccam.nih.gov/health/cancer/camcancer.htm

- ▣ Memorial Sloan-Kettering cancer center

www.mskcc.org/mskcc/html/1979.cfm

De bonnes habitudes de vie,
c'est naturel et
c'est un gage de santé!



Merci pour votre attention!

