

Chapitre 6

Le bon et le mauvais emploi des médicaments qu'on trouve sur les marchés

Sur les marchés, on peut trouver de très bons médicaments, mais on peut aussi trouver des médicaments qui ne servent à rien ou qui sont périmés.

En plus, parfois on emploie les meilleurs des médicaments incorrectement, ce qu'il fait qu'ils font plus de mal que de bien. Pour être utiles, les médicaments doivent être employés correctement. Il n'y a pas de médicaments qui ne comportent pas de danger.

Il y en a qui ne sont pas plus dangereux que d'autres. Malheureusement, parfois, les gens se servent de médicaments dangereux pour guérir des maladies sans importance. Par exemple, j'ai vu un bébé mourir parce que sa mère lui avait administré un antibiotique contre-indiqué chez les enfants pour soigner son rhume. Il ne faut jamais utiliser un médicament dangereux pour traiter une maladie qui n'est pas grave.



N'oubliez pas : les médicaments sont capables de tuer !

Des règles à suivre en utilisant des médicaments :

1. Dans la mesure du possible, demandez l'avis du médecin.
2. Apprenez bien l'emploi correct et les risques de chaque médicament que vous employez (voir les Pages Vertes).
3. Ne dépassez jamais la dose prescrite, mais prenez le traitement jusqu'à la fin de la prescription.
4. Utilisez les médicaments uniquement quand vous en avez besoin.

5. S'il n'y a pas d'amélioration malgré le médicament, arrêtez-en l'emploi.
6. Vérifiez toujours la date de péremption (marquée sur la boîte). Si le médicament est périmé, il peut être moins efficace.

Remarque : Il est le cas que certains agents de santé et beaucoup de médecins donnent des médicaments, même si on n'en a pas besoin. C'est souvent parce qu'ils croient que les patients ne seront pas satisfaits s'ils ne reçoivent pas de médicaments. Dites à votre médecin ou à votre agent de santé de ne vous donner des médicaments que s'ils sont vraiment nécessaires.

N'utilisez jamais un médicament lorsque vous n'en avez pas besoin ou lorsque vous ne savez pas à quoi il sert.

1 Quand a-t-on besoin de médicaments ?

La plupart des maladies, même la grippe et le rhume, guérissent toutes seules, sans qu'il y ait besoin de médicaments. Pour que l'organisme soit résistant et lutte contre la maladie, il suffit d'observer les précautions suivantes :

- observer les règles d'hygiène ;
- se reposer ;
- bien manger.

Même dans les cas graves, lorsqu'on a vraiment besoin du médicament, **c'est l'organisme qui doit lutter contre la maladie**. Le médicament ne fait que l'aider. L'hygiène, le repos et la bonne alimentation sont de toute façon très importants.

2 Les abus les plus dangereux dans l'emploi des médicaments

Voilà une liste des erreurs les plus communes qu'on commet en utilisant des médicaments modernes. Le mauvais emploi des médicaments suivants est la cause de centaines de morts chaque année, **alors Faites attention !**

1. Chloramphénicol (Chloromycetin) (p. [356](#))



La coutume populaire qui consiste à donner ce médicament dans le cas de diarrhée ou infection pulmonaire est lamentable, étant donné que son emploi est très dangereux. Il faut l'utiliser uniquement en cas de fièvre typhoïde (voir p. [999](#)). Ne l'administrez jamais chez les bébés de moins d'un mois.

2. Ocytocine (*Pitocin*), Ergonovine (*Pitocin*), Ergonovine (*Ergotrate*), et Misoprostol (*Cytotec*) (p. [390-391](#))



Malheureusement certaines sages-femmes et accoucheuses administrent ce médicament pour accélérer l'accouchement. C'est très dangereux. On risque la vie de la mère ou celle de l'enfant. Utilisez-les **uniquement** pour arrêter l'hémorragie **après** l'accouchement (voir chapitre [18](#)).

3. Les piqûres



L'idée que les piqûres sont toujours plus efficaces que les médicaments pris par la bouche n'a aucun fondement. Souvent les médicaments pris par la bouche ont le même effet que la piqûre. En plus, **la plupart des médicaments** deviennent plus dangereux une fois injectés que pris par la bouche. Les injections administrées chez les enfants qui ont une infection de polio (avec des signes de rhume) peuvent causer la paralysie (voir p. 74) L'emploi des piqûres doit être très limité et le matériel doit toujours être stérilisé. (Lire attentivement le chapitre [8](#), *Comment mesurer et donner les médicaments*).

4. Pénicilline

La pénicilline agit uniquement contre certaines infections. L'emploi abusif de pénicilline pour la moindre douleur, une entorse ou de la fièvre est une grande erreur. En général, les coups qui ne comportent pas de blessures, même s'il y a des bleus, n'ont aucun risque d'infection et n'ont donc pas besoin d'administration de pénicilline ni d'un autre antibiotique. La pénicilline est dangereuse pour certaines personnes. Avant l'emploi, lisez les précautions indiquées plus loin dans le livre et observez-les soigneusement.

5. Associations pénistreptomycine



Ces médicaments sont un mélange de pénicilline et de streptomycine. Leur emploi contre la grippe et le rhume est abusif, ceci pour trois raisons :

- ils n'ont aucun effet contre la grippe ou le rhume ;
- ils peuvent produire des troubles graves et fatals ;
- ils rendent plus difficile la guérison de la tuberculose.

6. Vitamines B₁₂ et extraits de foie



Ces médicaments n'ont aucun effet contre l'anémie ou l'affaiblissement, sauf dans des cas très rares. En plus, ils comportent un certain danger puisque ce sont des piqûres. On doit les employer uniquement sur l'avis d'un médecin après avoir fait une analyse de sang. **En plus, éviter le fer injectable, par exemple *Imferon***. Dans presque tous les cas d'anémie, mieux vaut utiliser des comprimés de sulfate ferreux.

7. Autres vitamines

En général, **n'injectez pas de vitamines**. Les injections sont plus dangereuses, plus chères et ne font pas plus de bien que les cachets.

Malheureusement, de nombreuses personnes dépensent beaucoup d'argent en fortifiants qui ne contiennent pas les vitamines les plus importantes. Il vaut mieux acheter de la nourriture comme des œufs, des arachides, du niébé du lait frais ou caillé, du poisson, de la viande, des fruits, qui sont riches en vitamines et autres éléments nutritifs.

Une personne qui mange bien n'a pas besoin de complément de vitamines.

La meilleure façon d'obtenir des vitamines



Pour plus de détails sur les vitamines, quand on en a besoin et comment les obtenir, lire le chapitre [10](#).

8. Le calcium



Il est très dangereux d'injecter du calcium dans les veines. Il peut tuer la personne s'il n'est pas administré très lentement. Les injections de calcium appliquées sur la fesse causent souvent des abcès très graves. N'injectez jamais de calcium sans l'avis du médecin.

9. Sérum physiologique

Dans certains endroits, des gens affaiblis ou anémies dépensent jusqu'au dernier sou pour se faire injecter du sérum intraveineux. Ils croient que cela va leur donner des forces ou fortifier leur sang. Mais c'est une erreur. Le sérum est constitué d'eau et de sel et parfois de sucre. Le sérum est moins énergétique qu'un beignet et le sang n'est pas fortifié pour autant.

De plus, lorsque la personne qui administre le sérum ne s'y connaît pas, on court un grand risque d'introduire une infection dans le sang, capable de tuer le malade (par exemple, le Sida ou le septicémie).

Le sérum physiologique est indiqué chez les personnes qui ne peuvent rien avaler ou qui sont déshydratées pour ne pas avoir bu suffisamment de liquide.

Tant que le malade peut avaler, il suffit de lui donner un litre d'eau avec un petit peu de sucre et de sel (voir boisson réhydratante, p. [159](#)). Cela fait le même effet qu'un litre de sérum physiologique intraveineux sans le danger de ce dernier. Quant aux malades qui sont encore capables de manger, en effet, une alimentation riche en éléments nutritifs leur permet de se fortifier plus efficacement que n'importe quelle perfusion intraveineuse.

Si le malade est capable d'avalier et ne pas se lever des liquides...



10. Les purgatifs

Il est toujours dangereux de purger un petit enfant ou une personne très affaiblie. Malheureusement, les gens aiment donner des purgatifs. Pour connaître l'emploi correct des purgatifs, des laxatifs et des lavements, voir chapitres 20 et 25.

5. Gentamicine (*Garamycin*)-(p. [358](#))

L'usage excessif de ces antibiotiques chez les bébés a déjà conduit à la perte permanente de l'ouï (surdité) chez des milliers de bébés. Donnez-les aux enfants seulement si l'infection risque de mettre leur vie en danger. Pour traiter beaucoup d'infections chez les nouveau-nés, l'ampicilline est un meilleur choix qui est beaucoup moins dangereux mais aussi bien efficace.

6. Médicaments contre la diarrhée avec des hydroxyquinoléines (Clioquinol, di-iodohydroxyquinoléine, halquinol, broxyquinoléine : Diodoquin, Enteroquinol, Amicline, Quogyl, et beaucoup d'autres marques de commerce) (p. [369](#))

Dans le passé les **clioquinols** étaient d'usage courant en cas de diarrhée. Aujourd'hui, ces médicaments dangereux sont interdits dans beaucoup de pays, mais il reste des pays où on en vend encore. Ces médicaments peuvent causer la paralysie permanente, l'aveuglement, ou même la mort. Pour savoir comment traiter la diarrhée, voir chapitre [13](#).

7. Cortisone et corticostéroïdes (Prednisolone, dexaméthasone, et autres)

Ces médicaments anti-inflammatoires sont très puissants. Leur usage peut être nécessaire dans le cas d'arthrite, d'une crise d'asthme sévère, ou d'une réaction allergique grave. Mais, dans beaucoup de pays pour soulager les douleurs mineures, on prescrit des stéroïdes qui donnent des résultats plus rapidement. En fait, cela est une grave erreur. Comme les stéroïdes baissent la défense immunitaire contre les infections, ils peuvent avoir des effets secondaires sérieux ou même dangereux, notamment s'ils sont utilisés à des doses élevées, ou plus de quelques jours. Ils peuvent aggraver la tuberculose, faire saigner les ulcères d'estomac, et rendre les os si faibles qu'ils se cassent facilement.

8. Stéroïdes anabolisants (Nandrolone decanoate, Durabolin, Deca-Durabolin, Oraboline ; stanozolol, Cetabon ; oxymetholone, Anapolon ; ethylestrenol, Organaboral. Il y a beaucoup d'autres noms de commerce.)

Les stéroïdes anabolisants sont fabriqués à la base d'hormones mâles. Ils sont utilisés à tort dans les boissons fortifiantes qu'on donne aux enfants pour les aider à grandir et à gagner du poids. Il est vrai qu'au début l'enfant pourrait grandir plus vite, mais il va cesser de grandir plus tôt, ce qui fait qu'en fin de compte il finira plus petit que s'il n'avait pas pris les stéroïdes. Les stéroïdes anabolisants ont des effets secondaires très dangereux. Chez les filles, ces stéroïdes peuvent faire pousser des poils sur le visage, comme si elles étaient des garçons. Pire encore, les poils ne vont pas disparaître une fois qu'elle aura arrêté de prendre la boisson. Alors, **ne donnez surtout pas aux enfants de boissons fortifiantes à base de stéroïdes anabolisants**. Pour aider la croissance de votre enfant, il vaut mieux utiliser cet argent pour acheter de la nourriture.

9. Médicaments contre l'arthrite (Butazones : oxyphenbutazone, Amidozone ; et phenylbutazone, Butazolidine)

Ces médicaments, destinés à soulager la douleur des articulations (l'arthrite), peuvent causer une maladie de sang dangereuse et parfois même mortelle (agranulocytose). Ils peuvent aussi endommager l'estomac, le foie, et les reins. **N'utilisez pas ces médicaments dangereux**. Pour l'arthrite, il est plus sûr et beaucoup moins cher d'utiliser l'aspirine (p. [378](#)) ou l'ibuprofène (p. [379](#)). Pour les douleurs accompagnées de fièvre, vous pouvez utiliser l'acétaminophène (p. [379](#)). Pour les douleurs accompagnées de fièvre sans autres problèmes, vous pouvez utiliser l'acétaminophène (p. [379](#)).

12. Combinaison de médicaments

Parfois, on combine 2 ou plusieurs médicaments dans la même pilule ou dans la même boisson. Préparés de cette façon, ils deviennent moins efficaces et plus chers. Des fois, préparés ainsi, **ils font plus de mal que de bien**. Si on veut vous prescrire une combinaison de médicaments, vous feriez mieux de demander qu'on vous donne juste le médicament qui est nécessaire, au lieu de le mettre dans une combinaison. Ne dépensez pas votre argent sur des médicaments inutiles.

Pour faciliter l'usage, certains médicaments contre le VIH sont en forme de pilule, contenant une combinaison de médicaments (voir p. [397](#)).

Quoique d'usage répandues, les combinaisons suivantes devraient être évitées :

Les médicaments contre la toux contenant une combinaison de médicaments pour traiter la toux, et éliminer le mucus. (Les médicaments contre la toux sont presque toujours inutiles et un vrai gaspillage d'argent, qu'ils soient combinés ou non.)

- **Les antibiotiques combinés avec des médicaments contre la diarrhée.**
- **Les antiacides pour traiter les ulcères d'estomac combinés avec des médicaments contre les crampes d'estomac.**
- Deux ou plusieurs médicaments antidouleurs (l'aspirine avec l'acétaminophène – parfois même avec la caféine.)

3 Les cas où la prise de certains médicaments est dangereuse

La croyance selon laquelle certains médicaments sont incompatibles avec certains aliments n'a pas de fondement. Par exemple, il n'y a aucun médicament qui soit incompatible avec la viande, le piment, la goyave ou les oranges (mais les repas trop gras ou trop pimentés peuvent être mauvais pour certaines maladies de l'estomac ou des intestins (voir chapitres [10](#) et [12](#)). Certains médicaments provoquent de mauvaises réactions si on boit en même temps de l'alcool. (voir métronidazole p. [368](#))

Il y a des situations où il est préférable d'éviter certains médicaments.



1. Les femmes enceintes ou qui allaitent doivent éviter tout médicament qui ne soit pas absolument nécessaire (voir chapitre 10). (Néanmoins, elles peuvent prendre des quantités limitées de vitamines ou de suppléments de fer sans danger. En outre, les femmes enceintes ou allaitantes vivant avec le VIH doivent prendre des médicaments pour prévenir la transmission du VIH au bébé, voir p. [398](#).)

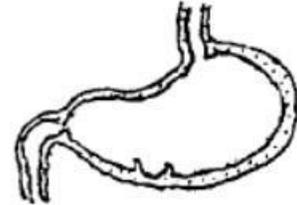
2. Il faut faire très attention avec les médicaments chez les nouveau-nés ; si c'est possible, il faut demander l'avis du médecin. Assurez-vous de ne pas donner trop.



3. Les personnes qui ont eu une fois des troubles allergiques, des démangeaisons, etc., après avoir pris de la pénicilline, des sulfamides ou d'autres médicaments, ne doivent plus jamais reprendre ces médicaments pendant tout

sa vie, c'est très dangereux (voir "troubles dangereux lorsqu'on injecte certains médicaments", chapitre [8](#)).

4. Les gens avec des ulcères d'estomac ou avec des brûlures d'estomac devraient éviter de prendre des médicaments contenant de l'aspirine. Tous les antidouleurs, et tous les stéroïdes (voir p. [51](#)) peuvent aggraver les ulcères et les indigestions acides. Un antidouleur qui ne provoque pas d'irritation dans l'estomac est l'acétaminophène (paracétamol, voir p. [379](#))



5. Il existe quelques médicaments qui sont dangereux lorsqu'on a certaines maladies. Par exemple les sujets atteints d'hépatite ne doivent pas être traités par certains antibiotiques ou d'autres médicaments forts, parce que leur foie est endommagé et les médicaments peuvent fort bien leur empoisonner le corps (voir chapitre [12](#)).
6. Les personnes déshydratées ou ayant une maladie des reins doivent spécialement faire attention aux médicaments à prendre. Ne donnez pas plus d'une dose d'un médicament qui pourrait empoisonner le corps à moins que (ou jusqu'à ce que) la personne urine normalement. Par exemple quand un enfant a une forte fièvre et est déshydraté (voir chapitre [9](#)), ne lui donnez pas plus d'une dose d'aspirine jusqu'à ce qu'il recommence à uriner. **Ne donnez jamais de sulfamides à une personne déshydratée.**