

Médicaments antidouleur : des précautions d'emploi s'imposent

14/01/2009

Mal de tête, courbatures, rage de dents : le premier réflexe pour soulager ces petits maux du quotidien est bien souvent de prendre un médicament contre la douleur. Le paracétamol, l'ibuprofène et l'aspirine sont les antalgiques les plus courants. Mais ils nécessitent des précautions d'emploi.

Les médicaments antidouleur ne sont pas à prendre à la légère. Pourtant, "ils sont trop souvent pris à tort et à travers, regrette Nathalie Beugnet, pharmacienne à Paris. Leur utilisation s'est banalisée. Avant toute prise d'un médicament, il faut lire attentivement la notice et suivre ses recommandations à la lettre." Cette notice fixe en effet les règles indispensables de bon usage : précautions d'emploi, posologie, contre-indications, effets indésirables, associations dangereuses.

Deuxième conseil de base : "il ne faut pas attendre que la souffrance soit intense pour avoir recours à un antalgique, souligne le Pr Dominique Flechter, anesthésiste spécialiste de la douleur à l'hôpital Raymond-Poincaré à Garches, dans les Hauts-de-Seine. Ces médicaments sont d'autant plus efficaces qu'ils sont pris au tout début de la crise. Une douleur traitée dès les premières sensations cède plus facilement que si elle s'est installée ou est à son maximum."

Pour soulager les douleurs du quotidien, trois molécules sont disponibles en pharmacie dans le cadre de l'automédication : l'aspirine, le paracétamol et l'ibuprofène.

Prudence chez la femme enceinte

"Les femmes enceintes doivent être particulièrement prudentes quand elles prennent des antidouleur, met en garde la pharmacienne. Le seul médicament antalgique qui soit sans danger pour le fœtus est le paracétamol." A partir du 6e mois de grossesse, l'ibuprofène et l'aspirine peuvent entraîner une insuffisance cardiaque ou rénale du fœtus et un risque de décès du bébé avant ou après la naissance.

L'acide acétylsalicylique, plus connu sous le nom d'aspirine, est le plus ancien des antidouleur. C'est le médicament le plus vendu au monde. Il présente pourtant de nombreux inconvénients : il peut aggraver l'estomac, provoquer une allergie ou déclencher une hémorragie. Ce médicament ne doit pas être utilisé en cas d'antécédent d'ulcère de l'estomac ou de douleurs digestives, d'anomalies de la coagulation, de goutte, etc. Il interagit également avec de nombreux médicaments comme les anti-inflammatoires, les anticoagulants, les antidiabétiques ou encore les diurétiques.

Le paracétamol, l'antidouleur de référence

Le paracétamol a supplanté l'aspirine dans notre pays. C'est l'antalgique le plus couramment utilisé. Mieux toléré sur le plan digestif, il a pour seule contre-indication les maladies graves du foie et des reins. Il est très rarement responsable d'effets indésirables, à l'exception parfois de réactions allergiques de la peau. Attention : la dose de 3 grammes de paracétamol par jour ne doit pas être dépassée, sauf avis contraire de votre médecin. Un surdosage peut entraîner une hépatite grave.

L'ibuprofène est le plus récent des antidouleur en vente libre. Il est en général mieux toléré que l'aspirine. Pourtant, cet anti-inflammatoire non stéroïdien (AINS) présente pratiquement les mêmes effets indésirables, interactions médicamenteuses et contre indications que l'aspirine.

Si la douleur persiste plusieurs jours, si elle empire ou si de nouveaux troubles apparaissent, "des prises régulières de médicament sont nécessaires", explique le Pr Flechter : elles permettent de prévenir la réapparition de la sensation douloureuse et d'éviter les pics de souffrance." Mais à ce stade, plus question de recourir à l'automédication, il est impératif de consulter votre médecin traitant.

Emmanuelle Billon-Bernheim