

BIEN conserver ses médicaments

Un médicament est formé par l'association d'un (ou plusieurs) principe(s) actif(s) (qui confère(nt) l'activité au produit) et d'excipients (eau, sucre, vaseline, poudre inerte, conservateur, arôme, colorant,...) qui forment le « véhicule » du médicament.

Le principe actif ou les excipients peuvent se dégrader au fil du temps au delà de la date de péremption. Ou même avant s'ils sont conservés dans de mauvaises conditions.

Quelles sont les conditions optimales de conservation ? Tous les médicaments doivent-ils être conservés de la même manière ? Comment voir qu'un médicament s'est dégradé et ne peut plus être utilisé? Que faire en cas de voyage ?

Où stocker ses médicaments ?

Les principaux facteurs qui peuvent influencer la stabilité d'un médicament sont

- l'humidité
- la température (chaleur)
- la lumière
- la contamination microbienne

De manière générale, les médicaments se conservent :



- Dans leur emballage d'origine
- dans un endroit sec, à l'abri de la lumière
- dans une pièce peu sujette aux

variations de température (la majorité des médicaments se gardent à température ambiante, c'est à dire entre 15 et 25°C).

Pour ces raisons, il est conseillé de ne pas stocker ses médicaments dans la salle de bain, à proximité de la cuisinière, dans la voiture (! boîte à gants), sur un appui de fenêtre ou les exposer au soleil .

Les médicaments qui sont le plus sensibles aux contaminations microbiennes (gouttes ophtalmiques, crèmes et pommades) doivent être manipulés après s'être lavé les mains. Enfin, comme précisé dans chaque notice et sur chaque emballage, il faut veiller à « tenir hors de portée et hors de la vue des enfants » tout médicament.

Quelques conseils

- **S'informer des conditions de conservation du médicament :**
 - Votre pharmacien vous en parlera peut-être spontanément. N'hésitez pas à lui poser la question.

- **Vérifier la date limite d'utilisation après ouverture**

Les solutions (par exemple) plus à risques de contamination microbienne ont une durée d'utilisation limitée après l'ouverture du flacon. Par exemple les gouttes ophtalmiques (1mois après première utilisation), les bains de bouche, les solutions pour aérosolthérapie, certains désinfectants. Les flacons monodoses permettent d'éviter ce problème.

Si la date limite d'utilisation est dépassée, le médicament doit être éliminé même si la date de péremption n'est pas encore atteinte.

□ **Etre attentif à l'aspect du médicament**

Une dégradation d'un médicament peut parfois être détectée par un changement de l'aspect initial du produit. Ne prenez pas votre médicament et prenez contact avec votre pharmacien si, par exemple,

- il s'est produit un changement de coloration des comprimés, d'une solution, d'un suppositoire, d'une crème,...
- les comprimés se sont durcis ou au contraire s'effritent, se solubilisent mieux ou moins bien dans l'eau
- le contenu des gélules s'est durci
- une crème ou une émulsion se fait moins belle et « tourne »

- il y a un dépôt au fond du flacon
- etc...

Mais encore...

Spécialités reconstituées

Parfois, le pharmacien prépare le médicament au moment de la délivrance en ajoutant à la poudre sèche un volume d'eau précis. C'est le cas des sirops antibiotique, de certaines gouttes nasales, ... qu'on appelle « spécialités reconstituées ». Ces médicaments ont toujours une durée limite d'utilisation très courte (1 à 2 semaines) renseignée dans la notice.

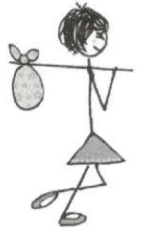


! A la température de conservation

Certains médicaments (sirops antibiotiques, vaccins, insulines, ...) se conservent à une température comprise entre 2 et 8°C. A la pharmacie comme à la maison, ils se gardent donc au « frigo ». Ces médicaments ne se congèlent pas !

En voyage...

...soyez attentifs surtout si vous partez dans un pays chaud, si vous voyagez en avion ou si vous prenez un médicament à garder au « frigo ».



- ❖ Sachez que les médicaments laissés dans vos bagages stockés dans la soute de l'avion sont exposés à de très basses