

Quand les médicaments interagissent

Les médicaments s'influencent les uns les autres et certains aliments s'accordent mal avec certains remèdes. Deux expertes expliquent les précautions à prendre lors de la prise de préparations végétales.



Veronika Butterweck est professeure à l'Institut pour la technologie pharmaceutique de la Haute école pour les sciences de la vie de la Haute école spécialisée du Nord-Ouest de la Suisse (FHNW).

Quels sont les remèdes végétaux qui influencent l'effet des autres médicaments?

Prof. Veronika Butterweck: On appelle interaction médicamenteuse toute modification des effets, désirables ou non,

d'un médicament due à l'utilisation simultanée d'un autre médicament. En général, une interaction peut diminuer l'efficacité d'une substance, en renforcer les effets ou provoquer des effets indésirables. Les interactions sont considérées

comme cliniquement significatives quand l'activité ou la toxicité thérapeutique d'une substance médicamenteuse sont tellement modifiées que la dose doit être adaptée ou un médecin consulté.

Des médicaments peuvent interagir les uns avec les autres, par exemple parce qu'ils entrent en concurrence lors de la liaison aux mêmes récepteurs, enzymes ou protéines. L'enzyme CYP3A4 (cytochrome P-450 3A4) est à la base de nombreuses interactions. Elle est fabriquée à environ 60 % dans le foie, mais on la trouve aussi dans l'intestin grêle. Cette enzyme est impliquée dans le métabolisme d'une bonne moitié des substances médicamenteuses. L'activité métabolique du système CYP3A4 peut aussi bien être inhibée que déclenchée par de nombreuses substances comme des médicaments, des produits phytopharmaceutiques ou des aliments. Les interactions médicamenteuses les plus fréquentes et les plus importantes apparaissent quand la concentration des substances médicamenteuses est augmentée ou diminuée par le blocage ou l'augmentation du métabolisme de la substance médicamenteuse.

Pratiquement tous les traitements actuels comprennent plus d'une préparation. On a pu montrer ces dernières années que, dans de nombreux cas, ces médicaments administrés simultanément s'influencent les uns les autres dans leur métabolisme et peuvent ainsi provoquer des interactions médicamenteuses. Par ailleurs, les patients prennent aussi souvent de leur propre chef des vitamines, des médicaments non soumis à ordonnance (entre autres des produits phytopharmaceutiques) et des compléments alimentaires pour améliorer leur santé. Le nombre des interactions possibles augmente avec le nombre de médicaments administrés selon la formule suivante: $i = (n^2 - n)/2$.

**Nadia Minder, droguiste
dipl. ES qui dirige la
droguerie Bahnhof à
Worb.**



Conseils et astuces de la droguerie

Pour **Nadia Minder**, droguiste ES à la tête de la droguerie Bahnhof à Worb, il est important de toujours rendre les clients attentifs aux interactions possibles ou aux modifications d'efficacité. En particulier avec les préparations au millepertuis, qui – comme déjà mentionné dans l'interview – peuvent réduire l'effet des médicaments, des moyens contraceptifs mais aussi souvent augmenter l'intolérance au soleil. C'est pourquoi on conseille aux clients qui prennent du millepertuis en été d'opter pour une protection solaire élevée et de

rester à l'ombre. Mais on peut éviter ce problème plus simplement en utilisant une dilution plutôt que de l'extrait pur de millepertuis. La dilution permet de réduire fortement les effets secondaires et les interactions, tout en conservant une efficacité intacte.

Il en va de même pour les préparations au pélagonium, qui renforcent l'efficacité des anticoagulants. Les personnes qui prennent de tels médicaments ne se verront pas remettre un extrait classique de pélagonium, mais une dilution. Cela permet d'éviter toute interaction.

Par ailleurs, on oublie souvent que l'alcool peut également renforcer ou réduire l'efficacité des médicaments.

Et le pamplemousse peut renforcer l'efficacité de certains médicaments.

Il existe toutefois des modifications d'efficacité qui sont souhaitées: par exemple, le pélagonium peut très bien être utilisé pour renforcer l'efficacité de l'acétylcystéine (expectorant). L'acétylcystéine fluidifie le mucus et le pélagonium renforce le mouvement ciliaire de telle manière que le mucus est évacué plus rapidement des poumons.

Cela veut dire que le nombre théorique des interactions possibles entre deux substances médicamenteuses, entre substances et phytopharmaceutiques ou encore entre substances et aliments est si élevé et le nombre des différentes interactions si grand qu'il est impossible de dresser, à titre indicatif, une liste générale des interactions de médicaments avec des produits phytopharmaceutiques ou avec des aliments.

Quels aliments peuvent influencer l'effet des remèdes végétaux?

L'exemple le plus connu d'interaction entre médicament et aliment est le pamplemousse et les boissons ou aliments qui en contiennent. Cet agrume peut augmenter la biodisponibilité de nombreuses substances médicamenteuses administrées par voie orale et provoquer ainsi de graves interactions. Actuellement, on connaît quelque 85 substances

médicamenteuses de ce type dont la moitié peuvent provoquer des effets graves, parfois potentiellement létaux, si les patients consomment des produits contenant du pamplemousse pendant la médication. Il faudrait expliquer aux patients qui prennent les substrats sensibles au CYP3A4 le risque de prise simultanée de médicaments et d'aliments

contenant du pamplemousse. Et ces patients devraient penser à renoncer au pamplemousse ou aux produits qui en contiennent.

Qu'en est-il des interactions avec des extraits de millepertuis, de valériane, de ginkgo biloba, d'échinacée ou de chardon-Marie?

Après quelques jours, l'hyperforine, le principe actif en cause dans les préparations de millepertuis, provoque une dégradation plus rapide des substances médicamenteuses concernées. Par conséquent, le taux d'efficacité du médicament chute après quelques jours. Cela peut par exemple provoquer des saignements chez les utilisatrices de contraception orale. On peut dans ce cas conseiller d'utiliser des méthodes contraceptives complémentaires.

Contrairement aux préparations au millepertuis, on n'a jusqu'à présent pas constaté d'influence comparable du métabolisme ou du transport d'une substance médicamenteuse in vivo (sur des organismes vivants) avec les plantes médicinales ou condimentaires utilisées en Europe. Des études cliniques se sont intéressées à l'influence exercée par des préparations à base d'aubépine (*Crataegus monogyna/oxyacantha*), d'échinacée (*Echinacea purpurea*), de valériane (*Valeriana of-*

ficinalis), de chardon-Marie (*Silybum marianum*) et de ginkgo (*Ginkgo biloba*) sur le métabolisme des médicaments. Ces plantes médicinales n'ont pas montré de potentiel d'interaction – ou alors très réduit pour le chardon-Marie.

Quelles sont les combinaisons absolument déconseillées avec les médicaments végétaux?

En règle générale, il est déconseillé de prendre simultanément des remèdes végétaux et des médicaments avec un spectre thérapeutique étroit (écart entre la dose thérapeutique et une dose qui provoque des effets toxiques). Car ce sont fréquemment des remèdes de ce groupe qui sont impliqués dans des interactions cliniquement significatives.

La probabilité d'effets indésirables avec les plantes médicinales est-elle en général plus faible qu'avec les médicaments allopathiques (méthodes de traitement non homéopathiques)?

Les effets indésirables sont – comme les interactions – une caractéristique de l'efficacité des médicaments. C'est pourquoi chaque médicament peut avoir des effets indésirables; c'est vrai également pour les remèdes végétaux. Les effets indésirables apparaissent

avant tout lors d'une prise inappropriée ou d'un surdosage involontaire. Dans de rares cas, des réactions allergiques peuvent aussi se produire. Le risque est toutefois généralement réduit avec un usage adapté – mieux vaut donc demander conseil à un spécialiste comme le médecin, le pharmacien ou le droguiste.

Dans quelle mesure faut-il intégrer son médecin si l'on veut compléter son traitement avec de la médecine complémentaire?

L'étiquette «naturel» ou «végétal» incite de nombreux patients à penser qu'il ne peut pas y avoir de problème. Lors de l'achat de telles préparations, le pharmacien ou le droguiste devrait cependant donner des informations sur les possibles interactions. Il faut par ailleurs que le médecin soit informé de tous les médicaments que prend le patient; à l'inverse, les médecins devraient aussi demander explicitement si les patients prennent des préparations phytothérapeutiques. C'est le seul moyen d'éviter les possibles effets indésirables et interactions avec d'autres médicaments et d'améliorer ainsi la sécurité des médicaments.

Texte: Ann Schärer / trad: mh

Photos: Corinne Futterlieb, Flavia Trachsel

Offres intéressantes*

Annonce

Phonak Bolero Q

Ces appareils auditifs modernes offrent des résultats uniques, adaptés à tous les besoins et à tous les modes de vie. Phonak Bolero Q est disponible dans différents designs, notamment sous sa forme résistante à l'eau et à la poussière pour les personnes ayant un mode de vie particulièrement actif. Demandez conseil à Amplifon pour savoir quelle solution auditive vous convient le mieux et testez nos appareils sans engagement et gratuitement.

www.amplifon.ch



Puisez des forces au «Kurhaus am Sarnersee»

Vous profiterez d'une atmosphère tranquille et relaxante au bord du lac de Sarnen avec une belle vue sur les montagnes d'Obwald. Nouveautés: des croisières sur le lac. Dès à présent, le MS «Seestern» relie sur le lac de Sarnen deux sources d'énergie – l'eau et la maison de cure. Informations complémentaires (en allemand):

www.kurhaus-am-sarnersee.ch



*Les produits de cette page sont présentés par des annonceurs.
La responsabilité des textes n'incombe pas à la rédaction.