## 8.3 Annexe 3 : Bien gérer ses médicaments à domicile

# Comment bien prendre vos médicaments?

Le Médicament n'est pas un produit comme les autres !

Le médicament contient des substances actives qui ont des effets sur l'organisme. Il est là pour soigner mais s'il est mal utilisé, il peut être dangereux. Votre médecin évalue votre état de santé et décide du traitement adéquat. Ainsi, toute consultation n'aboutit pas systématiquement à une prescription. Indiquez à votre médecin tous les médicaments ou compléments alimentaires (phytothérapie, homéopathie, huiles essentielles,) que vous prenez afin d'éviter des interactions médicamenteuses avec les médicaments qu'il vous prescrit. Signalez-lui toutes les informations concernant vos antécédents médicaux et notamment si vous souffrez d'allergies.

Vous ne devez pas prendre un médicament qui aurait été prescrit pour une autre personne. Vous ne devez pas donner vos médicaments à une autre personne.

### Pour bien prendre vos médicaments :

Renseignez-vous auprès de votre médecin, de votre pharmacien ou de votre infirmière :

- Sur ce qui est écrit sur l'ordonnance : le nom du médicament ou de son générique, la dose à prendre à quoi il sert
- Comment vous devez prendre votre traitement et à quelle heure ; avant, pendant ou après les repas
- → Pendant combien de temps vous devez prendre le traitement
- Quels effets indésirables vous pouvez ressentir
- Sur la façon de stocker le médicament



# Vous devez informer votre médecin traitant, votre pharmacien ou votre infirmière si :

Le médecin a modifié le traitement	Vous ressentez des effets inhabituels
<ul> <li>Vous vous êtes trompé sur la prise dans la prise du traitement</li> </ul>	Vous voulez arrêter le médicament



### Comment bien stocker vos médicaments?

Les médicaments doivent être toujours conservés dans leur emballage d'origine, avec la notice. N'entamez pas plusieurs boites du même médicament.



Les médicaments doivent être toujours stockés dans un placard, hors de portée des enfants, à l'abri de la lumière et de la chaleur et à l'écart des médicaments des personnes de votre entourage pour éviter toute confusion.





Les médicaments thermosensibles sont à stocker entre +2°C et +8°C dans le bac à légumes de votre réfrigérateur que vous devez veiller à maintenir propre.



Certains médicaments considérés « à risque » comme les stupéfiants (morphine) sont stockés dans des mallettes sécurisées mises à disposition par l'HAD.



Afin d'éviter de stocker trop de médicaments à votre domicile, lorsque le médecin vous prescrit une ordonnance et avant de vous rendre à la pharmacie, vous devez d'abord examiner ce qu'il vous reste à domicile. Le pharmacien ajustera sa délivrance en fonction de votre stock et ne délivrera que la quantité de médicaments nécessaires pour 2 semaines.

#### Comment bien éliminer vos médicaments ?

Pour votre sécurité, triez régulièrement vos médicaments: ceux qui ont été arrêtés par votre médecin ou ceux dont la date de péremption est atteinte doivent être retournés à votre pharmacie qui prendra en charge leur destruction ou revalorisation.

En rapportant vos médicaments non utilisés à la pharmacie, vous protégez l'environnement et évitez des accidents domestiques.

Retrouvez plus d'information sur

https://solidarites-sante.gouv.fr/soins-et-maladies/medicaments/