

Comment puis-je faire pour mieux suivre mon traitement ?

**Ne prenez pas de décision seul sur votre traitement.
Dans tous les cas, parlez en à l'équipe soignante, à
votre pharmacien ou à votre médecin.**

➔ **Si je l'oublie** : je peux utiliser un pilulier pour préparer à l'avance mes médicaments. Mon pharmacien peut aussi m'aider en établissant sur papier un plan de prise qu'il me suffit de suivre pour ne rien oublier.

➔ **Si j'ai un problème suite à la prise d'un nouveau médicament** (mal de ventre, somnolence, maux de tête, tremblements...) : cela peut disparaître après quelques jours de traitement. Sinon, j'en parle à l'équipe soignante ou à mon médecin pour chercher une solution (changement de traitement, prise d'un médicament pour corriger ce problème,...).

➔ **Si je pense que la dose ne suffit pas** : j'en parle à l'équipe soignante ou à mon médecin, qui choisira peut-être d'augmenter la dose ou de changer de traitement.

➔ **Si je pense que je n'ai pas besoin d'un médicament** : je respecte mon traitement jusqu'à la prochaine consultation et j'en parle à mon médecin.



La Commission
du Médicament
et des Dispositifs
Médicaux Stériles
Juin 2006

Les médicaments

*Faites en
bon usage !*



Mon traitement est efficace si...



- ▣ Je prends tous les médicaments prescrits
- ▣ Je les prends régulièrement, sans sauter de prise
- ▣ Je les prends au moment indiqué par le médecin
- ▣ Je prends la dose prescrite (sans augmenter ni diminuer les doses)
- ▣ Je n'arrête pas mon traitement sans l'avis du médecin
- ▣ Je n'augmente pas la durée de mon traitement sans l'avis du médecin

Pourquoi dois-je prendre mon traitement alors que je ne me sens pas malade ?

Vous ne ressentez pas toujours les signes de votre maladie. Mais si elle n'est pas traitée, elle peut conduire à des complications graves qui seront plus difficiles à soigner.

Par exemple, si vous êtes atteint d'hypertension artérielle, vous ne présentez pas de signe physique en début de maladie.

Cependant, si vous ne prenez pas votre traitement quotidiennement, vous risquez des complications graves comme des maladies cardiovasculaires (infarctus, accident vasculaire cérébral...).

C'est le cas pour bien d'autres maladies comme le diabète, l'hypercholestérolémie, les maladies psychiatriques...

Pourquoi dois-je continuer à suivre mon traitement alors que je me sens mieux ?

**Même si vous vous sentez mieux,
n'arrêtez pas votre traitement.**



Certains traitements doivent être continués après disparition des symptômes pour éviter une rechute de la maladie. Ces rechutes pourraient entraîner une aggravation de votre maladie et une hospitalisation.

Par exemple :

- ▣ Si vous êtes épileptique, votre traitement permet une diminution du nombre de crises. Si vous arrêtez votre traitement, vous risquez d'avoir des crises plus nombreuses et plus intenses.
- ▣ Dans le cas de certaines maladies psychiatriques (schizophrénie, dépression, troubles de l'humeur...), les traitements sont souvent longs (plusieurs années parfois), afin d'éviter une rechute.

