

► Téléchargez GRATUITEMENT un mini-poster de l'étiquette *Informations médicament*: [scholastic.com/OTCmedsafety](http://scholastic.com/OTCmedsafety)

FICHE DE RESSOURCE FAMILLE 1 • INTERPRÉTATION DE L'ÉTIQUETTE

# QUELLE EST L'IMPORTANCE DE L'ÉTIQUETTE?

L'étiquette *Informations médicament* doit être apposée sur tous les médicaments en vente libre, qu'il est possible d'acheter en magasin sans ordonnance médicale (bains de bouche, antidouleurs, protections solaires, etc.). L'étiquette *Informations médicament* est une étiquette normalisée, apposée sur tous les médicaments en vente libre, conforme aux exigences de la Food and Drug Administration (FDA). Elle permet d'identifier la classe thérapeutique des médicaments en vente libre que les membres de votre famille prennent, de savoir à qui ils sont réservés et comment les administrer en toute sécurité. Vous trouverez ci-dessous un résumé de chacune des sections d'une étiquette *Informations médicament*.

## 1. SUBSTANCES ACTIVES

Noms des substances actives et effets qu'elles ont (soulager la douleur, atténuer la fièvre ou supprimer la toux, par exemple). Certains médicaments contiennent plusieurs substances actives.

## 2. INDICATIONS

Symptômes que traite le médicament.

## 3. MISES EN GARDE

Interactions médicamenteuses à éviter avec ce médicament, effets secondaires que peut entraîner ce médicament et autres consignes de sécurité importantes.

## 4. MODE ET VOIE D'ADMINISTRATION

Posologie à suivre (dosage du médicament), fréquence d'administration et quantité maximale autorisée par jour.

Informations médicament									
1 <b>Substances actives</b> Dosage à 100 mg ..... antitussif Dosage à 150 mg ..... décongestionnant nasal	<b>Classe thérapeutique</b>								
2 <b>Indications</b> Ce médicament soulage temporairement : ■ toux due à une irritation mineure de la gorge et des bronches ■ congestion nasale									
3 <b>Mises en garde</b> <b>Ne pas utiliser</b> ce médicament en cas de réactions allergiques à ce produit ou à l'un de ses constituants. <b>Demander l'avis d'un médecin si vous souffrez</b> de troubles hépatiques ou rénaux. Votre médecin adaptera la posologie en conséquence. <b>L'usage de ce produit</b> ■ peut s'accompagner d'effet de somnolence ■ demande une vigilance particulière chez les conducteurs de véhicules et les utilisateurs de machines ■ peut provoquer de l'excitabilité, surtout chez les enfants <b>Arrêter le traitement et demander un avis médical</b> immédiatement dès qu'une réaction allergique se manifeste. <b>Tenir hors de la portée des enfants.</b> En cas de surdosage, consultez immédiatement un médecin ou contactez le centre antipoison le plus proche au 1-800-222-1222.									
4 <b>Mode et voie d'administration</b> ■ Les comprimés fondent dans la bouche. Ils peuvent être absorbés avec ou sans eau.									
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Âge</th> <th>Posologie</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>adulte et enfant de plus de 12 ans</td> <td>2 comprimés toutes les 12 heures, sans dépasser 4 comprimés par 24 heures</td> </tr> <tr> <td>enfant de 6 à 11 ans</td> <td>1 comprimé toutes les 12 heures, sans dépasser 2 comprimés par 24 heures</td> </tr> <tr> <td>enfant de moins de 6 ans</td> <td>demander un avis médical</td> </tr> </tbody> </table>	Âge	Posologie	adulte et enfant de plus de 12 ans	2 comprimés toutes les 12 heures, sans dépasser 4 comprimés par 24 heures	enfant de 6 à 11 ans	1 comprimé toutes les 12 heures, sans dépasser 2 comprimés par 24 heures	enfant de moins de 6 ans	demander un avis médical
Âge	Posologie								
adulte et enfant de plus de 12 ans	2 comprimés toutes les 12 heures, sans dépasser 4 comprimés par 24 heures								
enfant de 6 à 11 ans	1 comprimé toutes les 12 heures, sans dépasser 2 comprimés par 24 heures								
enfant de moins de 6 ans	demander un avis médical								
5 <b>Autres informations</b> ■ stockage entre 20° et 25° C      ■ conservation au sec									
6 <b>Excipients</b> acide citrique anhydre, aspartame, stéarate de magnésium, maltodextrine, amidon alimentaire modifié, bicarbonate de soude, pigment D&C jaune numéro 10									
7 <b>Questions ou commentaires?</b> Appelez le 1-800-XXX-XXXX, les jours ouvrés de 9 h à 17 h (UTC -5).									

## 5. AUTRES INFORMATIONS

Autres informations qu'il est bon de connaître, comme la façon de conserver le médicament.

## 6. EXCIPIENTS

Liste des conservateurs, colorants alimentaires et autres composants n'ayant pas pour but de traiter vos symptômes. Ces informations sont importantes lorsque vous-même ou un membre de votre famille souffrez d'une allergie.

## 7. QUESTIONS OU COMMENTAIRES?

Section où, pour certains médicaments, figure le numéro de téléphone du laboratoire à composer pour faire part de vos questions ou commentaires concernant un médicament spécifique.

Ceci n'est pas une véritable étiquette *Informations médicament*.



## BESOIN D'AIDE?

Enregistrez le numéro de votre centre antipoison dans votre téléphone:  
**1-800-222-1222**

Ce support pédagogique a été réalisé avec le concours de



► Téléchargez GRATUITEMENT d'autres fiches de ressource: [scholastic.com/OTCmedsafety/parents](http://scholastic.com/OTCmedsafety/parents)

FICHE DE RESSOURCE FAMILLE 2 • POSOLOGIE SÉCURITAIRE

# CONNAÎTRE LA POSOLOGIE

## MESURER SOIGNEUSEMENT

La précision est de rigueur dès qu'il est question de prendre un médicament ou d'en administrer un aux membres de votre famille. Lorsque la *posologie* recommandée n'est pas respectée, vous risquez de ne pas obtenir les effets désirés ou de vous exposer à un surdosage.

► **Conseil 1:**

Prenez le temps de lire l'étiquette et de comprendre la composition du médicament.

Suivez soigneusement le mode d'administration du médicament de votre enfant. Informez-vous sur les substances actives, sachant qu'en cas d'association de deux ou plusieurs médicaments composés du même principe actif, vous risquez de dépasser les posologies maximales et de courir un danger.

► **Conseil 2:**

Dans bien des cas, la posologie des médicaments destinés aux enfants varie en fonction du poids et de l'âge. Lisez attentivement la section Mode et voie d'administration de l'étiquette *Informations médicament* pour déterminer le dosage adapté.

► **Conseil 3:**

Utilisez toujours la dosette fournie avec le médicament. Bien que les unités de mesure des dosettes livrées avec les différents médicaments soient identiques, ces dispositifs ne sont pas interchangeables. Les dosettes sont adaptées au médicament ; l'utilisation de tout autre instrument de mesure ou d'ustensile ménager (cuillère à café ou à soupe, par exemple) peut conduire à des erreurs de dosage.

► **Conseil 4:**

« Trop vaut mieux que pas assez » peut s'avérer dangereux. Si vous donnez à votre enfant une dose supérieure à la posologie prescrite, il ne guérira ni mieux ni plus vite et vous risquez des effets indésirables. Veillez à lire l'étiquette et à la respecter systématiquement.

► **Conseil 5:**

Ne donnez jamais aux enfants des médicaments pour adultes. Certains médicaments en vente libre ne sont pas destinés aux enfants et peuvent s'avérer dangereux.

► **Conseil 6:**

Instaurez une parfaite communication entre les soignants. En 2013, les centres antipoison ont signalé plus de 70.000 cas dus à des erreurs de posologie chez des enfants de moins de 12 ans. Le « double dosage » était la principale cause d'erreur dans cette tranche d'âge. Le personnel soignant a besoin d'instructions claires pour administrer le médicament correct à votre enfant, au moment opportun et dans le dosage adapté.

En 2013, les centres antipoison ont signalé plus de **70.000** cas dus à des erreurs de posologie chez des enfants de moins de 12 ans.

—SOURCE : American Association of Poison Control Centers



### BESOIN D'AIDE?

Enregistrez le numéro de votre centre antipoison dans votre téléphone:

**1-800-222-1222**

Ce support pédagogique a été réalisé avec le concours de



► Téléchargez GRATUITEMENT d'autres fiches de ressource: [scholastic.com/OTCmedsafety/parents](http://scholastic.com/OTCmedsafety/parents)

FICHE DE RESSOURCE FAMILLE 3 • CONSERVATION ET ÉLIMINATION

# LOIN DES YEUX, LOIN DES MAINS

## CONSERVATION SANS RISQUE

Chaque année, plus de 500.000 parents et soignants appellent les centres antipoison suite à l'ingestion accidentelle ou à un surdosage de médicament chez l'enfant : soit, par jour, près d'un appel toutes les minutes.

► **Conseil 1:**

Pour éviter tout risque d'intoxication, tenez les médicaments hors de portée et hors de vue des enfants. Si vous conservez des médicaments en vente libre et sur ordonnance, des vitamines ou des compléments alimentaires, choisissez un endroit en hauteur, hors de portée des enfants. Cette consigne de sécurité s'applique à tous les médicaments, qu'ils soient destinés aux adultes ou aux enfants.

**FAIT :** Dans 86% des consultations aux urgences pour intoxication médicamenteuse, l'enfant a eu accès au médicament d'un adulte.\*

► **Conseil 2:**

Étudiez les moyens et les lieux via lesquels les enfants peuvent accéder aux médicaments. Les enfants peuvent avoir accès aux médicaments dans de nombreux endroits : sacs à main et sacs, tables de nuit ou plans de travail.

**FAIT:** Dans 67% des cas d'intoxication médicamenteuse, le médicament était à la portée d'un enfant (dans un sac à main laissé sur une table ou une chaise) ou trouvé à même le sol.\*

► **Conseil 3:**

Même si des produits tels que de la crème pour érythème fessier ou des gouttes ophtalmiques ne vous semblent pas être des médicaments, vous devez les ranger en lieu sûr. Si, dans la grande majorité, les parents comprennent qu'ils doivent tenir les médicaments hors de portée, ils risquent de laisser traîner des produits qu'ils ne considèrent pas comme des médicaments.

► **Conseil 4:**

Lorsque vous avez des visiteurs, tenez compte des médicaments qu'ils sont susceptibles d'apporter avec eux. Proposez à vos invités de mettre à l'abri tout sac ou sac à main susceptible de contenir des médicaments.

**FAIT :** Dans 43% des cas, le médicament absorbé par l'enfant appartenait à l'entourage (une tante, un oncle ou un grand-parent par exemple).\*

► **Conseil 5:**

Dès que vous avez fini d'administrer un médicament, refermez solidement le capuchon : Achetez si possible des médicaments avec emballage sécurisé pour les enfants, mais n'oubliez pas que sécurisé ne veut pas dire risque zéro. Des enfants à la curiosité débordante parviendront peut-être à accéder au médicament. Le plus sûr est encore de ranger le médicament hors de portée et de vue après chaque utilisation.

► **Conseil 6:**

Nettoyez régulièrement votre armoire à pharmacie. Pour savoir comment vous débarrasser de vos médicaments en toute sécurité, suivez les [consignes de la Food and Drug Administration](#), lisez les informations données par la Drug Enforcement Administration sur la [journée nationale de reprise](#) ou appelez votre centre antipoison au 1-800-222-1222.

Plus de **60.000** jeunes enfants finissent aux urgences chaque année après avoir avalé des médicaments alors que leur parent ou soignant avait le dos tourné.

—SOURCE: upandaway.org



**BESOIN D'AIDE?**  
Enregistrez le numéro de votre centre antipoison dans votre téléphone:  
**1-800-222-1222**

Ce support pédagogique a été réalisé avec le concours de



► Téléchargez GRATUITEMENT d'autres fiches de ressource: [scholastic.com/OTCmedsafety/parents](http://scholastic.com/OTCmedsafety/parents)

#### FICHE DE RESSOURCE FAMILLE 4 • ABUS D'AUTOMÉDICATION

# L'ABUS EST DANGEREUX

## LES JEUNES ET L'AUTOMÉDICATION

En 5e et 4e, les enfants commencent à s'intéresser à l'automédication. Il est important de surveiller vos enfants et de leur faire comprendre qu'ils ne doivent pas prendre des médicaments en vente libre sans la surveillance d'un adulte. Lorsque des enfants doivent prendre des médicaments régulièrement, les parents doivent rester vigilants. Même s'ils prennent leurs médicaments quotidiennement, les enfants ne sont pas à l'abri d'une erreur de dosage ou de fréquence d'administration.

Discutez librement de ce qu'est la consommation responsable de médicament et choisissez les professionnels de santé comme interlocuteurs privilégiés en cas de doute.

Mal utilisés, les médicaments en vente libre peuvent s'avérer dangereux. Principales erreurs à ne pas commettre :

- Ne pas lire ni respecter l'étiquette *Informations médicament*.
- Prendre une dose supérieure à la dose indiquée ou prendre le médicament plus souvent que ce qui est préconisé sur l'étiquette.
- Utiliser simultanément plusieurs médicaments avec le même principe actif, ce qui peut conduire à un surdosage.
- Prendre un médicament sur une période plus longue que celle mentionnée sur l'étiquette.
- Prendre un médicament pour des raisons ou des symptômes autres que ceux mentionnés sur l'étiquette.

En termes de médication, plus n'est pas nécessairement synonyme de mieux. Si les symptômes persistent ou de nouveaux symptômes apparaissent, consultez un médecin. Prenez le temps de bien comprendre le médicament que vous prenez, lisez l'étiquette *Informations médicament* et, en cas de doute, n'hésitez pas à demander l'avis de votre médecin, infirmier ou pharmacien.

Pour plus d'informations sur la prévention des abus de l'automédication, consultez la page [consumermedsafety.org/OTC-drug-abuse](http://consumermedsafety.org/OTC-drug-abuse)

Les erreurs et l'abus de médicaments en vente libre conduisent à près de **10.000** consultations en urgence pour les enfants de moins de 18 ans chaque année.

—SOURCE : *American Journal of Preventative Medicine*, 2009



**BESOIN D'AIDE?**  
Enregistrez le numéro de votre centre antipoison dans votre téléphone:  
**1-800-222-1222**

Ce support pédagogique a été réalisé avec le concours de

