

## NE PRENEZ PAS DE RISQUE À TRAITER UN SIMPLE RHUME

Le 22 octobre 2023, l'Agence française du médicament (ANSM) a recommandé d'éviter les médicaments vasoconstricteurs contenant de la pseudoéphédrine qui sont utilisés par voie orale dans le rhume. Une procédure européenne de réévaluation de ces médicaments, débutée début 2023, est toujours en cours à ce jour,

Les dangers des médicaments vasoconstricteurs, utilisés par voie orale ou nasale, sont connus depuis des dizaines d'années. Alors qu'ils visent à soulager des troubles bénins, d'évolution rapidement favorable, ils exposent à des effets indésirables disproportionnés, dont : des troubles cardio-vasculaires parfois mortels, des troubles digestifs graves d'origine ischémique, des troubles visuels d'origine ischémique, des troubles neuropsychiques. Depuis des années, la Revue Prescrire mentionne ces produits vasoconstricteurs dans le bilan des médicaments à écarter des soins. En France, cette réévaluation concerne de nombreuses spécialités pharmaceutiques : Actifed rhume°, Actifed rhume jour et nuit°, Dolirhume paracétamol et pseudo éphédrine°, Dolirhumepro, Humex rhume°, Nurofen rhume°, Rhinadvil rhume° et Rhinadvilcaps rhume°, toutes disponibles sans ordonnance .

Il est regrettable que les spécialités utilisées par voie nasale contenant un médicament vasoconstricteur, ne soient pas concernées par cette réévaluation, alors que la voie d'administration nasale expose aussi à leurs effets indésirables graves (notamment visuels). Sans attendre les résultats de cette réévaluation, il est conseillé d'éviter ces médicaments, y compris chez les personnes sans facteur de risque cardiovasculaire ou neurologique.

Ainsi, l'ANSM ne met plus seulement en garde contre ces médicaments (comme en Décembre 2021 et 2022), mais elle déconseille explicitement leur utilisation. Ceci revient à constater enfin que leur balance bénéfiques/risques est défavorable dans le rhume, ce que la revue Prescrire a souligné inlassablement depuis 2007. La préconisation de l'ANSM est heureusement suivie par plusieurs organismes représentatifs de médecins et de pharmaciens, qui sont en première ligne dans l'utilisation de ces médicaments (prescription et conseils).

Devant le constat que les médicaments à base de pseudoéphédrine sont à éviter, puisque potentiellement dangereux et sans utilité dans une situation désagréable mais bénigne, l'ANSM remplirait pleinement son rôle en suspendant immédiatement leurs autorisations de mise sur le marché (AMM). Et ceci, sans attendre les résultats hypothétiques de la réévaluation.

Aucun médicament ne raccourcit la durée d'un rhume. Boire régulièrement, éviter la fumée du tabac, dégager les voies nasales avec du sérum physiologique, et éventuellement prendre du paracétamol en cas de douleurs ou de fièvre, sont les traitements de premier choix

Prévenir la contamination de l'entourage repose sur des mesures simples: lavage des mains, limitation des contacts directs, éventuellement port d'un masque, élimination des produits de mouchage,

Patrick MERER, Administrateur de l'UFC-Que Choisir de la Vienne