Comment bien utiliser et conserver ses médicaments ?

Les 7 règles d'or

RÈGLE N° 1

CONSERVEZ TOUS VOS MÉDICAMENTS DANS UN SEUL ENDROIT DE LA MAISON, HORS DE PORTÉE DES ENFANTS

Ils doivent être à l'abri de la lumière, de l'humidité et de la chaleur : l'idéal est de les conserver dans une armoire à pharmacie, placée en hauteur et fermée à clé.
Certains médicaments doivent être placés au réfrigérateur, comme les vaccins, l'insuline...

RÈGLE N° 2

CONSERVEZ-LES DANS LEUR BOÎTE D'ORIGINE AVEC LEUR NOTICE

La boîte permet l'identification du médicament et sa protection.
La notice apporte des informations importantes sur sa sécurité d'emploi et son bon usage.
Séparez les médicaments pour adultes et pour enfants, afin de limiter les risques de confusion.

RÈGLE N° 3

NE GARDEZ PAS TOUS LES MÉDICAMENTS À LA MAISON

Les médicaments sont prescrits ou conseillés pour une indication bien précise et une durée déterminée ; notez-le sur la boîte si vous craignez de l'oublier !
Certains médicaments - par exemple, les antibiotiques - ne doivent pas être repris sans avis médical. Mieux vaut les rapporter à votre pharmacien à la fin du traitement.

RÈGLE N° 4

VÉRIFIEZ LA DURÉE DE CONSERVATION

N'utilisez pas un médicament au-delà de la date de péremption, indiquée sur la boîte et sur les plaquettes des comprimés.
Une fois ouverts, les collyres, mais aussi les solutions buvables et les sirops ne se conservent que peu de temps (consultez la notice).

© Leem

RÈGLE N° 5

NE REPRENEZ PAS AUTOMATIQUEMENT UN MÉDICAMENT, MÊME SI VOUS AVEZ L'HABITUDE DE L'UTILISER

Vérifiez que votre situation n'a pas changé (état de santé, grossesse, autre traitement en cours).
De même, si vos symptômes se répètent fréquemment, le traitement n'est peut-être plus adapté.
Dans toutes ces situations, n'hésitez pas à consulter votre médecin ou à demander conseil à votre pharmacien.

RÈGLE N° 6

NE DONNEZ PAS VOS MÉDICAMENTS À D'AUTRES PERSONNES

Ceux-ci vous ont été prescrits ou conseillés dans une situation bien précise. Ils peuvent se révéler inutiles ou nocifs dans une autre situation ou pour une autre personne.
Les embouts de pulvérisateur pour le nez ou la gorge ne doivent pas être partagés.

RÈGLE N° 7

NE JETEZ PAS LES MÉDICAMENTS À LA POUBELLE OU DANS LES TOILETTES

Rapportez à votre pharmacien les médicaments non utilisés, périmés ou dont l'aspect a changé, après avoir jeté boîtes et notices dans votre poubelle "emballages". Vous contribuerez à la protection de l'environnement.

En cas de doute, n'hésitez pas à interroger votre pharmacien ou votre médecin : ils pourront vous conseiller sur le bon usage de vos medicaments.