

Objectif de la FOCAM:

Permettre à chaque citoyen de disposer des médicaments dont il a besoin, en quantité nécessaire et selon la qualité requise, partout où il se trouve, sans que cela ne l'appauvrisse.

Domaines de travail

- ◇ Accompagnement des pouvoirs publics au renforcement du système pharmaceutique;
- ◇ Accompagnement des pouvoirs publics, des formations sanitaires et des partenaires à la mise en place des mécanismes d'approvisionnement, de distribution et de gestion des médicaments et autres produits de santé, des procédures et des outils d'aide à la décision ;
- ◇ Renforcement des capacités des prestataires à la gestion adéquate des médicaments et autres produits de santé ;
- ◇ Organisation des approvisionnements, du stockage et de la distribution des médicaments essentiels et autres produits de santé aux formations sanitaires pour son propre compte ou pour le compte de tiers ;
- ◇ Réalisation d'études, analyses et évaluations sur les questions liées à l'accès aux médicaments .

CONTENU

Lancement du site Web de la FOCAM	1
Qu'est-ce qu'un antalgique?	2
Les principaux antalgiques	2
Le bon usage des antalgiques	3
Autres médicaments utilisés pour combattre la douleur	5



[Accueil](#)

[Qui sommes-nous ?](#)

[Actualités FOCAM](#)

[Production](#)

[Contact](#)



www.focam.org

La FOCAM a lancé officiellement, le vendredi 01 novembre 2024, son site WEB. Il s'agit d'un outil de communication, d'information, de promotion, qui permettra à la Fondation Congolaise pour l'Accès aux Médicaments de se faire connaître, de partager ses produits, ses services, son actualité, etc.

Le site WEB de la FOCAM se veut interactif, permettant aux membres et non membres de la FOCAM d'être édifiés sur les questions liées à l'accès aux médicaments. Il bénéficiera d'une mise à jour régulière et servira éventuellement de relai pour la diffusion d'informations importantes de sources sûres.

Sur le site seront disponibles :

- tous les bulletins mensuels de la FOCAM, connus sous le nom « **Health Information Point** »;
- tous les documents produits par la FOCAM et ceux auxquels la FOCAM a contribué;
- des documents non produits par la FOCAM mais dont la publication a été autorisée;
- les programmes de pharmacies de garde au Congo et un rappel des pharmacies de nuit, avec adresse géographique et numéro de téléphone;
- d'autres informations relatives à la FOCAM ou à l'accès aux médicaments.

Le site WEB permet aussi à toutes les personnes intéressées d'adhérer à la FOCAM et d'échanger avec la FOCAM sur toute question liée à l'accès aux médicaments.

Ce site vient s'ajouter aux autres outils de communication déjà fonctionnels tels que la Page Facebook et la Page YouTube. Nous vous invitons à visiter régulièrement tous ces outils et à formuler vos remarques et suggestions en vue de leur amélioration, au service de nos communautés.

Dr Ray MANKELE
Président de la FOCAM

Qu'est-ce qu'un antalgique?

Les antalgiques sont une classe de médicaments utilisés pour calmer ou soulager la douleur. Mais ils n'ont aucune action sur la cause de la douleur. En fait, ils bloquent la transmission du message de « douleur », de la zone du corps d'où provient l'agression vers le cerveau ou rendent silencieuse, la réponse du cerveau à ce message. Le mal continue à exister, mais n'est plus ressenti par la personne.

Or, la douleur est un signal d'alerte indiquant un dysfonctionnement dans l'organisme, qui peut être dû à l'excitation des nerfs lors d'une lésion tissulaire visible (piqûre, coupure), à une lésion tissulaire invisible (blessure d'un organe intérieur) ou à une lésion d'un nerf ou du système nerveux (zona). Mais, la douleur peut aussi provenir de troubles psychiques, influencée par l'humeur (anxiété, dépression), par les émotions (peur, colère), par les souvenirs d'anciennes douleurs.

De même que supprimer la douleur sans en avoir déterminé la cause peut être nocif, de même il est important de rapidement traiter la douleur en raison de la sensation désagréable qu'elle représente. C'est ce qui explique d'une part que la douleur soit le premier motif de consultation et d'autre part que

les antalgiques soient les premiers médicaments délivrés en pharmacie et les premiers à faire l'objet d'automédication.

L'utilisation des antalgiques n'est toutefois pas aisée et devrait tenir compte du type de douleur, qu'il s'agisse d'une douleur aiguë ou d'une douleur chronique. En effet, une douleur est dite aiguë lorsqu'elle ne dure pas longtemps et est due à une cause précise (maladie, soins, brûlure, opération etc.), elle disparaît lorsqu'elle est traitée. En revanche, une douleur est dite chronique lorsqu'elle dure depuis plus de 3 mois et est associée à une affection bien déterminée (arthrose, céphalée etc.). Dans ce cas, même traitée, la douleur réapparaît tant que l'affection n'est pas traitée, avec des tentatives de prolongation de traitement ou d'augmentation des doses et accroissement du risque de toxicité du médicament.

Pour plus d'information:

[https://www.msmanuals.com/fr/accueil/troubles-du-cerveau-de-la-moelle-épineière-et-des-nerfs/douleur/présentation-de-la-douleur](https://www.msmanuals.com/fr/accueil/troubles-du-cerveau-de-la-moelle-epiniere-et-des-nerfs/douleur/présentation-de-la-douleur)

<https://www.vidal.fr/maladies/douleurs-fievres/prise-charge-douleur/medicaments>

Les principaux antalgiques

Les antalgiques agissent en empêchant le passage du message de douleur. Cette action peut se dérouler:

- au niveau des nerfs de la zone concernée par l'agression ou le dysfonctionnement ;
- au niveau de la moelle épinière ;
- directement dans le cerveau.

C'est ainsi que l'on classe les antalgiques en trois catégories, selon le niveau de blocage du message douloureux mais aussi en fonction de leur capacité à bloquer ce signal.

1. Les antalgiques de niveau I

Ces médicaments agissent principalement au niveau des nerfs périphériques. Ils traitent des douleurs légères à modérées. Il s'agit du **paracétamol**, de l'acide acétyl salicylique plus connu sous le nom d'**aspirine**, le **néfopam** et de certains anti-

inflammatoires non stéroïdiens tels que l'**ibuprofène**, le **kétoprofène** et le **diclofénac**.

2. Les antalgiques de niveau II

Ces médicaments agissent pour la plupart, au niveau de la moelle épinière. Ils peuvent traiter des douleurs modérées à intenses. C'est le cas de la **codéine** et du **tramadol**.

3. Les antalgiques de niveau III

Ils agissent au niveau du cerveau et traitent des douleurs intenses ou des douleurs rebelles aux antalgiques de niveau I et II. Il s'agit de la **morphine**, du **fentanyl**, de l'**oxycodone**, de l'**hydromorphone**, de la **nalbuphine** et du **buprénorphine**.

Ces antalgiques de niveau III, peuvent entraîner un phénomène d'accoutumance et de dépendance. Ils appartiennent à la classe des stupéfiants.

Le bon usage des antalgiques

La prise d'antalgique peut se faire en automédication, après prescription d'une ordonnance médicale ou strictement en milieu hospitalier.

1. La prise d'antalgique en automédication

L'automédication par antalgique ne doit concerner que des douleurs très brèves dont la cause est clairement identifiée : brûlure légère, petite blessure, coup de soleil léger, mal de tête ou mal de dos habi-

tuels, etc.

Les antalgiques recommandés sont ceux du niveau I et particulièrement le paracétamol. A défaut, l'aspirine et les anti-inflammatoires non stéroïdiens peuvent constituer des alternatives, mais ils comportent plus de risques d'utilisation que le paracétamol. Leur utilisation en automédication ne doit pas dépasser 5 jours.

Le Paracétamol

Le paracétamol est un médicament vendu en pharmacie, sans ordonnance, seul ou en association, sous de nombreuses formes pharmaceutiques (gélules, comprimés, poudre, sirop, suppositoires ou forme injectable) et sous des dénominations commerciales multiples (*Doliprane, Dafalgan, Efferalgan, Panadol, Panol, Cetamyl, Nesteffe, Andol, Apramol, Dolimex, Paracetamol Ubi, Paracetamol cre, Paracetamol bgr...*), à un coût accessible pour les populations (17,71 frs le comprimé dosé à 500 mg et 985 frs le flacon de 60ml dosé à 2,4%).

Il est utilisé pour diminuer les douleurs d'intensité légère à modérée (antalgique) ou faire chuter la fièvre (antipyrétique) sans pour autant en guérir la cause. Par conséquent, il doit être associé avec un médicament spécifique pour le traitement de cette cause.

Le paracétamol peut être utilisé chez l'adulte et l'enfant, pendant la grossesse et l'allaitement, en utilisant toujours la dose efficace la plus faible possible pendant une durée la plus réduite possible. Toutefois, certaines pathologies requièrent une attention particulière lors de la prise de paracétamol d'où la nécessité de se référer à un professionnel de santé, surtout en présence d'une maladie chronique.

Le paracétamol ne doit pas être utilisé en cas d'insuffisance hépatique sévère (maladie du foie) ou en cas d'allergie au paracétamol ou à un de ses excipients. Dans ce dernier cas, il est très important de vérifier la présence des excipients « à effets notoires » qui peuvent varier d'une forme de paracétamol à l'autre.

La dose journalière de paracétamol est de 60 mg/kg, avec un maximum de 1 gramme par prise et de 3 grammes par jour, à répartir en au moins 3 prises par jour, en respectant un intervalle de 4 à 6 heures entre deux prises. Si les symptômes persistent plus de 3 jours en cas de fièvre et plus de 5 jours en cas de douleur ou si ces symptômes s'intensifient, il faut consulter un médecin.

Il est important de tenir compte de tous les autres médicaments qui peuvent contenir également du paracétamol « sous forme cachée ». Leur prise concomitante peut augmenter la quantité journalière de paracétamol et conduire à des lésions graves du foie, parfois irréversibles ou à des effets indésirables tels que la diminution du nombre de cellules sanguines (globules rouges, globules blancs), le dysfonctionnement du foie ou des difficultés à respirer (bronchospasme).

Il est interdit de consommer de l'alcool pendant le traitement à base de paracétamol.

Le paracétamol étant utilisé pour soulager la douleur, sa prise doit cesser dès la disparition de celle-ci. Poursuivre le traitement après la disparition de la douleur n'a aucun intérêt sinon que d'augmenter les risques d'intoxication.

2. La prise d'antalgique sur prescription médicale

En cas de persistance de la douleur ou si la cause de la douleur n'est pas identifiée, il faut consulter un médecin qui fera une évaluation et prescrira une ordonnance pouvant contenir des antalgiques de niveau II. Il s'agit de la codéine ou du tramadol dont la vente sans ordonnance est interdite.

3. La prise d'antalgique en milieu hospitalier

L'utilisation d'antalgique de niveau III doit se faire uniquement en milieu hospitalier sous la surveil-

lance du personnel de santé. Il s'agit des dérivés de la morphine, réservés aux douleurs intenses rebelles aux autres antalgiques

Leur délivrance en pharmacie est strictement réglementée.

Pour plus d'informations:

<https://www.ameli.fr/assure/sante/medicaments/utiliser-recycler-medicaments/utiliser-antalgiques>

<https://ansm.sante.fr/dossiers-thematiques/medicaments-de-la-douleur/le-paracetamol>

<https://www.focam.org/documents-focam/contraintes-du->

Le Tramadol

Le tramadol est un médicament appartenant à la famille des opioïdes. Il fait partie des antalgiques mixtes qui inhibent la sensibilité à la douleur (nociceptifs) et joue sur les circuits inhibiteurs descendants de la douleur envoyés du cerveau vers les nerfs.

Le tramadol est vendu en pharmacie sous plusieurs formes (comprimés, gélules, solution injectable) et sous de nombreuses dénominations commerciales (*Trabar, Tramadis, Tracedol, Zamudol, Tramadol Denk, T-Dol, Talodol, Topalgic, Tramagen, Tramfiz, Tremadol, ...*), à un coût peu accessible (241 frs le comprimé dosé à 50 mg)

Le tramadol est indiqué dans la prise en charge des douleurs aiguës et chroniques d'intensité modérée telles que les fractures, les lombosciatiques, les douleurs du zona ou d'amputation, en post-chirurgies thoracique ou du cancer du sein, en chimiothérapie, etc.

Le tramadol a beaucoup d'effets secondaires qui devraient limiter son utilisation : constipation, sédation, hallucination (effet recherché dans son mésusage), syndrome confusionnel, rétention d'urine, sensation vertigineuse, etc. Il peut aussi abaisser le seuil épileptogène, provoquer une instabilité tensionnelle et une accélération ou un abaissement du rythme cardiaque.

Il y a également des risques d'interactions médicamenteuses chez des personnes prenant d'autres médicaments. Certains vont inhiber son efficacité tandis que d'autres vont conduire à un risque de surdosage. Il est donc important que le médecin interroge son malade et que le pharmacien analyse bien l'ordonnance pour s'assurer qu'aucun autre médicament ne va modifier l'efficacité du tramadol. C'est le cas avec les antipsychotiques, les antidépresseurs, les antibiotiques ou encore les médicaments à visée cardiovasculaire.

Le tramadol expose à un risque de dépendance pouvant survenir assez rapidement, après 10 à 15 jours de traitement. L'arrêt de ce traitement peut donc aussi poser problème et provoquer un syndrome de sevrage : trouble anxieux, trouble du sommeil, sueurs, réactivation des douleurs. Pour cette raison, la durée maximale de prescription des antalgiques contenant du tramadol est limitée à 3 mois pour éviter le mésusage ainsi que les risques de dépendance.

Le tramadol ne doit donc pas être délivré par automédication et, même sur ordonnance, sa prescription ne doit pas être automatique. Le prescripteur doit tenir compte de la fragilité du patient, des comorbidités, des maladies chroniques et de sa situation rénale.

Autres médicaments utilisés pour combattre la douleur

En dehors des antalgiques, d'autres médicaments peuvent être utilisés pour combattre la douleur. Il s'agit :

- **des anesthésiques locaux** comme la *lidocaïne*, la *procaïne*, la *bupivacaïne*, etc. ;
- **des antispasmodiques** qui sont des produits qui visent à lutter contre les spasmes musculaires. Ces médicaments réduisent les contractions brutales, douloureuses, involontaires et intenses au niveau du tube digestif ou des voies urinaires. Ils apaisent ainsi la douleur. C'est le cas de la *drotaverine*, le *phloroglucinol*, le *tiémonium*, la *trimébutine*, etc.
- **des antidépresseurs et des anticonvulsivants** qui sont efficaces pour soulager la douleur neuropathique. C'est le cas avec l'*amitriptyline*, la *désipramine*, la *venlafaxine*, la *gabapentine*, etc. Mais, leurs effets indésirables en limitent parfois l'utilisation ;
- **des myorelaxants** qui sont utiles dans le mal de dos chronique ou lombalgie. Ils ne doivent pas être utilisés pendant plus de 2 semaines. C'est le cas du *thiocolchicoside*, du *méthocarbamol*, etc.
- **des antiépileptiques** comme la *carbamazépine* et la *phénytoïne* qui sont utilisées dans le traitement des névralgies rebelles de la face et des douleurs neuropathiques.

Recommandation pour bien prendre un antalgique

- ⇒ En cas de douleur chronique (arthrose par exemple), une prise d'antalgiques à intervalles réguliers permet de calmer la douleur plus efficacement qu'une prise à la demande, « quand ça fait mal ».
- ⇒ Il est recommandé de ne pas utiliser d'antalgiques plus de cinq jours sans avis médical.
- ⇒ Mieux vaut ne pas prendre d'antalgique opiacé (dérivés de la codéine et de la morphine) sans l'avis d'un médecin. Ce type de médicament peut retarder un diagnostic en masquant la douleur.
- ⇒ Ne pas hésiter à recontacter le médecin si le traitement prescrit ne soulage pas suffisamment la douleur.

Fondation Congolaise pour l'Accès aux Médicaments

82 avenue Ngamaba, Mfilou, Brazzaville, Congo
Email: accesauxmedicaments@gmail.com

Whatsapp: + 242 05 060 60 02
Site Web: www.focam.org