

Guide d'animation 2003-2004
Section B

*Mon médicament
et moi*



*Courriel : info@afeas.qc.ca
Site internet : www.afeas.qc.ca*

Septembre 2003

Sommaire

Problématique et information

Objectif	B-3
Les médicaments, un avantage pour la santé	B-3
Du laboratoire à la pharmacie	B-4
Un accès variable à nos médicaments	B-4
Les médicaments, à quel prix ?	B-5
Le coût de nos médicaments : un portrait	B-6
Quelques raisons pour expliquer la hausse des coûts	B-7
Du côté du gouvernement... ..	B-7
des compagnies pharmaceutiques	B-7
et des associations	B-7
Quelques suggestions pour améliorer la situation	B-8
D'autres moyens proposés	B-10
Les médicaments génériques : une autre solution ?... ..	B-11
Les différences du «générique»	B-11
Pourquoi les médicaments génériques sont-ils moins coûteux ?	B-12
Nous et nos médicaments	B-13
Prendre ses médicaments de la bonne façon	B-14
Conclusion	B-15
Références bibliographiques	B-16

Activité femmes d'ici proposée

Caractéristiques	B-19
Repères	B-19
Marchés cibles	B-19
Activité	B-20
Communications	B-23
Personnalités	B-23
Partenariat	B-23
Évaluation et suivi	B-23
Outil (présentation de l'Afeas)	B-24

Problématique et information

Objectif

Jeter un regard sur les médicaments

● Introduction

Quand on s'inquiète pour sa santé, on va habituellement consulter son médecin de famille. Après nous avoir examiné, le docteur nous prescrit, selon nos besoins, des médicaments.

Parce qu'ils nous apportent en général beaucoup de bienfaits, les médicaments sont devenus essentiels pour nous soigner et nous soulager. Mais en se rendant à la pharmacie pour faire remplir sa prescription, on peut parfois s'interroger.

Certaines personnes trouvent que leurs médicaments sont devenus, avec le temps, de plus en plus dispendieux et ils aimeraient en connaître la raison. D'autres entendent parler des médicaments « génériques » et voudraient comprendre la différence entre ces médicaments et les médicaments « d'origine ». Plusieurs, enfin, aimeraient savoir s'ils prennent leurs médicaments de la bonne façon.

En jetant un regard sur ces différents aspects, il sera plus facile de faire des choix éclairés lorsque viendra le temps d'acheter et de consommer les médicaments nécessaires à notre santé.

● Les médicaments, un avantage pour la santé

De nos jours, les médicaments ne sont pas seulement un produit de consommation. Parce qu'ils sont généralement améliorés pour être plus efficaces, plus faciles à prendre ou avec moins d'effets indésirables, ils sont devenus indispensables pour les personnes qui souffrent de problèmes de santé.

Les médicaments peuvent soigner non seulement les maladies courantes, mais aussi traiter des maladies qui pourraient être mortelles et d'autres qui durent toute la vie, comme les maladies chroniques.

Parfois, les médicaments peuvent même remplacer des traitements médicaux ou certaines opérations. Dans d'autres situations, ils permettent aux patients de quitter l'hôpital plus rapidement et de retourner en convalescence chez eux.

À cause de tous ces avantages, les médicaments occupent une place grandissante dans les soins de santé car ils sont de plus en plus utilisés pour soigner et guérir.

C'est ainsi qu'au Canada, tous les quatre ou cinq jours, un nouveau médicament apparaît sur le marché¹. Mais avant d'arriver à notre pharmacie, le médicament a un long chemin à parcourir.

● Du laboratoire à la pharmacie

Avant de parvenir jusqu'à nous, les médicaments ont différentes étapes à franchir. Tout d'abord, les compagnies qui produisent les médicaments doivent entreprendre plusieurs recherches. Ces recherches, qualifiées de longues, complexes et coûteuses, peuvent s'étaler sur plusieurs années.

Quand, finalement, une découverte valable est faite, celle-ci est enregistrée au *Bureau canadien des brevets* afin de la protéger pour qu'elle ne puisse pas être copiée par d'autres fabricants. Au Canada, comme dans d'autres pays du monde, le brevet assure une protection de 20 ans, à partir de la date où la découverte a eu lieu.

Au bout d'une dizaine d'années, lorsque toutes les études et les essais ont été complétés et que le nouveau médicament est enfin prêt à être mis en marché, la compagnie qui a fait les recherches achemine les données concernant la sécurité et l'efficacité de son nouveau médicament à Santé Canada². C'est Santé Canada qui décide si un nouveau médicament peut être utilisé en toute sécurité.

Après avoir été approuvé, ce nouveau médicament peut, en principe, être vendu aux consommateurs. Mais tout le monde n'a pas accès aux mêmes médicaments, partout à travers le Canada.

● Un accès variable à nos médicaments

Habituellement, nos médicaments sont couverts soit par des assurances privées offertes au travail, soit par le programme public d'assurance médicaments du gouvernement. Ce programme sert aux personnes qui n'ont aucune autre assurance.

Pour déterminer quels médicaments seront couverts et remboursés par le gouvernement, tous les médicaments doivent être inscrits sur « une liste de médicaments ». Ce sont les compagnies qui fabriquent les médicaments qui font la demande d'inscription. Les assureurs privés peuvent également avoir recours à cette liste car ils sont tenus, au minimum, de rembourser les médicaments qui s'y trouvent, même s'ils peuvent accepter d'en payer plus.

Au Canada, chaque province, à travers le pays, possède son propre programme d'assurance médicaments et dresse elle-même la liste des médicaments qu'elle accepte de rembourser. Chacune des provinces possède donc sa propre liste de médicaments remboursables. C'est pourquoi, d'une province à l'autre, les médicaments disponibles peuvent varier, même si certains d'entre eux se retrouvent partout.

Au Québec, c'est sur la *Liste de médicaments* publiée par la *Régie de l'assurance maladie* que les médicaments doivent être inscrits pour être remboursés. Le gouvernement québécois accepte que des médicaments soient inscrits sur sa liste après avoir consulté son *Conseil du médicament*. Ce conseil donne son avis, entre autres, sur l'évolution des prix des médicaments.

Après avoir traversé toutes ces étapes, c'est ainsi qu'un médicament se retrouve finalement sur les tablettes de notre pharmacie et qu'on peut y avoir accès, sur ordonnance de notre médecin.

● *Les médicaments, à quel prix?*

Quand on se rend à la pharmacie pour acheter ses médicaments, on est parfois surpris du prix demandé, surtout lorsqu'il s'agit d'un tout nouveau médicament. Et, un peu partout autour de nous, on entend de plus en plus les consommateurs, les citoyens et les gouvernements s'inquiéter du prix des médicaments.

Mais pourquoi tant s'inquiéter? Tout simplement parce que, qui dit hausse du prix d'achat des médicaments, dit augmentation des coûts et des dépenses, autant pour le gouvernement qui gère les budgets en santé, que pour les consommateurs. Cette situation n'est pas sans susciter certaines appréhensions.

En effet, quand il y a des problèmes importants de coûts à déboursier, le gouvernement se trouve confronté à des choix limités : il peut restreindre les médicaments couverts, augmenter la participation financière des contribuables à son programme d'assurance médicaments ou réduire ses autres dépenses pour absorber le coût des médicaments³.

Les consommateurs, de leur côté, peuvent aussi rencontrer des difficultés s'ils doivent consacrer plus d'argent à leurs médicaments. D'abord, leurs primes et leurs franchises d'assurances, que ce soit celles offertes au travail, ou par le gouvernement, peuvent augmenter. Ensuite, comme les médicaments ne sont habituellement pas remboursés à 100% par les assurances, la portion du prix que chacun doit payer avec son propre argent peut être plus coûteuse. Et finalement, le budget personnel peut en être affecté.

L'augmentation éventuelle des coûts est préoccupante, surtout pour les personnes à faibles revenus. Il arrive que des patients soient tentés d'arrêter de prendre leurs médicaments quand les frais à payer pour les assurances deviennent trop élevés pour eux, au risque d'aggraver leurs problèmes de santé ou d'avoir à se rendre à l'hôpital, alors que cela aurait pu être évité.

Devant toutes ces conséquences possibles, plusieurs manifestent donc leurs craintes face à la perspective de voir augmenter leurs dépenses en médicaments. Mais a-t-on vraiment raison de s'inquiéter?

~ Le coût de nos médicaments : un portrait

Même si le prix d'achat, en tant que tel, des médicaments au Canada est plus ou moins dispendieux, selon les pays du monde avec lesquels on se compare, il est vrai que, dans l'ensemble, les coûts déboursés pour nos médicaments vendus sur ordonnance sont en hausse.

Au Canada, dans le secteur des soins de santé, les dépenses pour les médicaments d'ordonnance ont doublé depuis les années quatre-vingt⁴.

En moyenne, une famille canadienne dépense près de 1210\$ par année pour les médicaments prescrits par son médecin. Mais une petite portion des personnes affligées d'une maladie chronique, et certaines personnes âgées, doivent dépenser beaucoup plus⁵. Chaque année, 300 millions de prescriptions sont traitées, ce qui équivaut à environ 10 prescriptions par personne.

Pour ce qui est du Québec, depuis 1997, le coût des médicaments payés par notre programme public d'assurance médicaments a augmenté en moyenne de 16% par année. Les assureurs privés ont constaté, de leur côté, une augmentation de 18%⁶.

Sur l'ensemble des dépenses en santé au Québec, on prévoit que les dépenses en médicaments vont augmenter de plus de 10%, chaque année⁷.

Toutefois, quand on y regarde de plus près, on peut constater que ce ne sont pas seulement les nouveaux médicaments « miracles » qui augmentent les coûts.

En effet, même si, selon des études récentes, le prix d'un nouveau médicament spécialisé est deux fois et demie plus élevé qu'un médicament semblable plus ancien⁸, ce sont généralement les médicaments « courants » qui sont le plus consommés.

Au Québec, on a ainsi remarqué que la moitié des médicaments prescrits qui ont été consommés en 2000 servaient à traiter certaines des maladies les plus répandues dans la population, comme les maladies du cœur et des vaisseaux, les ulcères de l'estomac et de l'intestin grêle, les maladies mentales et l'arthrite¹⁰.

Dans l'ensemble, les coûts déboursés en médicaments semblent donc progresser. Mais, si on dépense davantage pour se procurer des médicaments, quelle peut en être la cause?

Malgré l'augmentation des dépenses, au Canada, certaines règles sont appliquées pour limiter le prix des médicaments:

- ▶ Le Conseil d'examen du prix des médicaments brevetés (CEPMB) examine les prix demandés par les fabricants de médicaments brevetés, qu'ils soient nouveaux ou existants, afin qu'ils ne soient pas trop excessifs. *Depuis sa création en 1987, les prix des médicaments brevetés pratiqués ici ont baissé et ils sont plus bas qu'aux États-Unis, en Suisse et en Allemagne, mais plus élevés qu'en France, en Italie et en Suède.*
- ▶ Selon la loi canadienne sur les brevets⁹, le prix des médicaments déjà existants ne peut pas augmenter plus que l'indice des prix à la consommation, chaque année.
- ▶ De plus, le prix de la plupart des nouveaux médicaments doit se situer dans la gamme des prix des médicaments déjà existants pour soigner le même problème de santé.
- ▶ Pour ce qui est des médicaments les plus innovateurs, le prix ne peut pas être plus élevé que le coût moyen dans sept autres pays avec lesquels il est comparé.

● *Quelques raisons pour expliquer la hausse des coûts*

Pour tenter d'expliquer l'augmentation du coût de nos médicaments et ses conséquences, plusieurs raisons sont avancées, tout dépendant des personnes à qui l'on s'adresse.

~ *Du côté du gouvernement...*

Pour le gouvernement québécois, c'est d'abord l'utilisation plus répandue des médicaments et l'augmentation du prix d'achat qui expliquent en partie la hausse des dépenses que nous faisons collectivement en santé¹¹.

On consomme plus de médicaments parce que certains nouveaux médicaments permettent de traiter des maladies qui ne pouvaient pas l'être auparavant. Les médicaments sont aussi plus couramment utilisés pour prévenir certains problèmes de santé ou pour soigner les gens à la maison, dans le cadre du virage ambulatoire.

À cela, s'ajoute le fait que le prix moyen des médicaments que l'on achète augmente et que les médecins ont parfois tendance à prescrire davantage les médicaments les plus récents, qui sont aussi plus dispendieux.

~ *des compagnies pharmaceutiques...*

Pour les compagnies qui conçoivent les médicaments, l'augmentation des dépenses n'est pas causée nécessairement par l'augmentation du prix d'achat des médicaments mais plutôt par leur plus importante utilisation en tant que thérapie¹².

De plus, les gens vieillissent et ont besoin de plus de médicaments pour vivre en bonne santé. Pour certaines maladies chroniques, comme l'hypertension ou le diabète, les patients doivent maintenant prendre des médicaments plus longtemps, à tous les jours et jusqu'à la fin de leur vie. Pour les compagnies qui font les médicaments, voilà autant de raisons qui viennent expliquer le phénomène.

~ *et des associations...*

Par contre, d'autres portent un regard plus critique sur la situation. Pour certains groupes, dont les associations de défense des consommateurs, c'est surtout la quête de profits toujours plus élevés de la part de l'industrie des médicaments et le manque de contrôle, par le gouvernement, du prix à l'achat qui font porter un lourd fardeau sur les dépenses en santé.

Selon eux, le prix exigé par les compagnies pour certains médicaments est parfois trop élevé, même en tenant compte de leurs dépenses en recherche¹³. La promotion des nouveaux médicaments, effectuée auprès des médecins et des patients, a aussi pour conséquence que la demande pour ces nouveautés augmente, de même que les coûts.

Cette question soulève donc des opinions variées et, parfois même, divergentes. Mais une fois que l'augmentation des coûts est constatée, quelques solutions pour y remédier peuvent désormais être envisagées...

● *Quelques suggestions pour améliorer la situation*

Pour résoudre l'augmentation des dépenses en médicaments, plusieurs suggestions ont été mises de l'avant afin de réduire les frais.

Pour plusieurs, il est certain que l'argent consacré à l'achat des médicaments est de l'argent bien dépensé. Mais il faut cependant faire attention à notre consommation car, lorsque les médicaments ne sont pas utilisés de la bonne façon, qu'ils ne sont pas pris tel que recommandé par le médecin ou lorsqu'il y a des erreurs dans les prescriptions médicales, cela peut entraîner des dépenses inutiles et du gaspillage d'argent, sans oublier les effets néfastes sur la santé¹⁴.

Pour résoudre ces problèmes, on suggère:

▶▶ De mettre en place de **meilleurs systèmes d'évaluation** des médicaments.

Actuellement, les moyens utilisés pour approuver les médicaments ne permettent pas de faire de vraies comparaisons d'efficacité entre les nouveaux médicaments qui arrivent sur le marché, les médicaments déjà existants ou les autres approches dont on pourrait se servir pour soigner.

En effet, même si plusieurs nouveaux médicaments améliorent la santé, d'autres ne sont pas beaucoup plus efficaces que les anciens¹⁵. Une méthode plus précise pour comparer les médicaments entre eux permettrait de bien établir le juste rapport entre le coût à payer et l'efficacité réelle d'un nouveau médicament.

▶▶ D'assurer un **meilleur suivi** de l'utilisation des médicaments et de leurs avantages.

Même si, grâce aux médicaments, le coût des séjours à l'hôpital a diminué dans l'ensemble du Canada, celui des médicaments et des soins à domicile augmente.

Et, à l'heure actuelle, on ne possède pas de données qui permettraient de chiffrer et de comparer la différence entre les économies faites en soins donnés à l'hôpital et l'augmentation du coût de nos

médicaments¹⁶. En comblant cette lacune, il serait possible d'avoir un portrait plus juste des gains réalisés dans ce domaine.

De plus, en assurant, avec les médecins et les pharmaciens, un meilleur suivi des médicaments qui sont consommés, en vérifiant régulièrement leur efficacité durant l'utilisation et en examinant leurs résultats sur la santé, on pourrait vraiment constater les bénéfices qu'ils apportent.

►► **D'intégrer davantage les médicaments** au système de santé.

Plusieurs souhaitent que les médicaments soient mieux intégrés aux soins donnés aux patients.

Ils veulent établir un « programme de gestion des médicaments » où tous ceux qui dispensent des soins, que ce soit le pharmacien, l'infirmier ou l'infirmière, et le médecin, travaillent en équipe et font un suivi de l'état de santé et des médicaments consommés par le patient, pour mieux l'aider à prendre sa santé en charge.

Cette approche pourrait servir surtout pour ceux qui souffrent de maladies chroniques comme le diabète, l'arthrite et les maladies mentales, ou de maladies potentiellement mortelles comme les maladies du cœur et le cancer.

Grâce à cette collaboration entre tous les membres de l'équipe médicale, les médicaments seraient mieux prescrits et consommés d'une meilleure façon, ce qui permettrait, au bout du compte, de mieux contrôler leurs coûts.

►► **De mieux informer et sensibiliser** les personnes concernées sur les médicaments.

Face à tous les nouveaux médicaments disponibles, certains médecins ne vont pas nécessairement penser à prescrire un médicament moins cher mais tout aussi efficace.

Pour limiter les coûts, tout le monde devrait donc avoir accès à une information complète sur les médicaments et leur bonne utilisation, autant les médecins, les patients et les gouvernements, que les assureurs. En étant plus informés, chacun pourrait mieux évaluer les conséquences économiques du choix de certains médicaments.

~ D'autres moyens proposés

En plus de ces quelques suggestions d'ordre général, d'autres points de vue sur la façon de mieux contrôler les coûts en médicaments se font également entendre.

En effet, quelques-uns ont proposé que, partout au Canada, il n'y ait qu'**une seule et même liste des médicaments remboursables** par le gouvernement, plutôt que des listes différentes pour chaque province.

Selon eux, cette façon de faire permettrait de donner à tout le monde l'accès aux mêmes médicaments, peu importe la province où l'on habite. En plus, cela permettrait peut-être de négocier des meilleurs prix avec les fabricants de médicaments.

On propose également de créer une seule et unique agence pour gérer toute la question des médicaments au Canada. Par exemple, pour fixer et négocier les prix, évaluer les médicaments, en faire le suivi, et établir la liste des médicaments remboursables.

Mais d'autres aimeraient plutôt qu'au Québec, une **politique du prix le plus bas** soit toujours appliquée.

Contrairement à ce qui se fait ailleurs au Canada, le Québec n'applique pas automatiquement la méthode du prix le plus bas, quand vient le temps de rembourser les médicaments couverts par notre programme public d'assurance médicaments.

C'est parce qu'au Québec, les médicaments qui possèdent un brevet et qui sont inscrits sur notre *liste de médicaments* sont protégés. Ils sont assurés d'être payés le plein prix pendant 15 ans. C'est seulement après 15 ans d'inscription sur notre liste que le gouvernement paye le prix le plus bas parmi une gamme de médicaments identiques offerts par d'autres fabricants.

Cette mesure accordée aux médicaments brevetés sert, entre autres, à protéger de la concurrence, durant un certain temps, les compagnies pharmaceutiques qui font de la recherche et à favoriser les emplois et les investissements de ces entreprises au Québec.

Parcours habituel d'un médicament :

- ▶▶ *1^{re} année :*
Découverte originale pour un médicament. Demande de brevet canadien d'une durée de 20 ans. Poursuite des études et des essais.
- ▶▶ *10 à 12 ans :*
Mise en marché du nouveau médicament approuvé par Santé Canada. Inscription à la liste provinciale des médicaments. Début de la «règle de 15 ans» du Québec qui garantit le remboursement des médicaments brevetés au plein prix.
- ▶▶ *20 ans :*
Fin du brevet au Canada.
- ▶▶ *5 ans plus tard :*
fin de la mesure de remboursement accordée par le Québec aux médicaments brevetés

Face à cette situation, certains préféreraient cependant que le gouvernement fasse en tout temps des comparaisons entre les différents produits offerts et rembourse le médicament breveté seulement au prix le plus bas disponible sur le marché.

Par contre, plutôt que de choisir cette option, d'autres personnes aimeraient mieux qu'on utilise à la place un **prix de référence**. Cette méthode va plus loin que le prix le plus bas.

La différence est qu'entre de nombreux médicaments *qui ne sont pas tous composés de la même façon* mais qui sont utilisés pour traiter les mêmes maladies et qui ont des effets semblables, le gouvernement ne rembourserait que le prix du médicament qui offre le meilleur rapport entre son coût et son efficacité. Pour le Québec, il ne s'agirait pas nécessairement du médicament le moins cher, mais de celui qui est le plus efficace, compte tenu de ses effets secondaires ou de la durée du traitement¹⁷.

Enfin, plusieurs vont plutôt suggérer que les **médicaments génériques**, moins coûteux, soient davantage utilisés pour soigner les maladies. Au Canada, certaines provinces autorisent, ou même obligent, le pharmacien à remplacer un médicament prescrit par le médecin, par un médicament générique équivalent. Et c'est ce que plusieurs aimeraient faire ici.

Mais, avant de choisir, voyons d'abord la différence entre les médicaments d'origine et les médicaments génériques...

● Les médicaments génériques : une autre solution?

Quand il remplit une prescription, le pharmacien peut, après nous en avoir avisé, remplacer un médicament prescrit par notre médecin, par un médicament générique. Mais un médicament « générique », c'est quoi?

Un médicament générique, c'est une copie d'un médicament qui a été, à l'origine, découvert et mis au point par une compagnie de recherche pharmaceutique. Lorsqu'un médicament, découvert dans le passé, voit son brevet prendre fin après 20 ans, il peut être copié par d'autres fabricants.

~ Les différences du « générique »

Au comptoir de la pharmacie, le médicament générique est vendu sous un autre nom et il a parfois une apparence différente de celle du médicament d'origine, par sa forme ou sa couleur. Mais il agit habituellement de la même façon et avec la même efficacité que le médicament copié.

Avant d'être vendu, le médicament générique, tout comme le médicament d'origine, doit être approuvé par Santé Canada. Il doit démontrer qu'il est aussi sûr et efficace que le médicament original.

Dans sa composition, l'ingrédient actif d'un médicament générique doit répondre aux mêmes normes de qualité que celui du médicament d'origine.

Pour ce qui est des additifs ajoutés dans les médicaments génériques ou dans les médicaments d'origine, ils sont issus d'une gamme limitée de produits et ils peuvent provenir du même fournisseur¹⁸.

Par contre, ce ne sont pas tous les médicaments qui possèdent une version générique. Habituellement, ce sont les médicaments d'origine les plus vendus ou ceux qui ont connu le plus de succès qui sont copiés.

~ Pourquoi les médicaments génériques sont-ils moins coûteux?

Si les médicaments génériques sont moins chers que les médicaments d'origine, c'est en partie parce que leurs fabricants n'assument pas les risques associés à la recherche et qu'ils n'ont pas à investir des grosses sommes d'argent pour développer un nouveau médicament, puisqu'ils en font des copies.

Mais même s'ils sont moins chers que les autres, le prix des médicaments génériques, contrairement à celui des médicaments brevetés, n'est pas contrôlé par le gouvernement fédéral.

Ce sont les provinces qui négocient les prix avec les fabricants de produits génériques. Par conséquent, le prix de nos médicaments génériques est plus élevé ici qu'aux États-Unis ou ailleurs dans le monde.

Au Québec, un médicament générique se vend environ à 60 ou 70% du prix d'un original. Mais, comme ils ne coûtent pas cher à produire, on reproche aux fabricants de médicaments génériques de ne pas offrir, ni au gouvernement, ni aux consommateurs, les meilleurs prix.

Même si le gouvernement québécois, en dressant sa « liste de médicaments » remboursables, prend la précaution de demander aux fabricants de médicaments de lui garantir les meilleurs prix par rapport aux autres provinces, cette mesure ne semble pas suffisante pour obtenir les prix les plus avantageux.

En effet, les hôpitaux, en se regroupant pour faire leurs achats et en demandant des soumissions aux fabricants, afin de les mettre en concurrence les uns avec les autres, payent beaucoup moins chers que notre gouvernement pour leurs médicaments génériques.

En général, la copie d'un médicament générique apparaît environ 8 à 10 ans après que le médicament d'origine ait commencé à être vendu aux consommateurs, si on tient compte du temps nécessaire pour lancer sur le marché un nouveau médicament¹⁹.

On a ainsi remarqué qu'un même médicament générique, vendu 23 \$ canadien aux États-Unis pour un flacon de 500 pilules, pouvait être payé 92\$ par certains hôpitaux alors que le gouvernement québécois payait le même flacon 279\$!²⁰

Donc, même si les médicaments génériques se vendent moins cher que les médicaments d'origine et qu'ils peuvent offrir une solution de rechange à certains produits, les économies réalisées ne sont pas toujours égales.

Avant de recourir aux médicaments génériques, il ne faut pas hésiter à poser des questions à son pharmacien et à son médecin pour s'assurer qu'ils conviennent vraiment à notre état de santé. On doit également garder l'œil ouvert et comparer les prix pour s'assurer de faire les choix les plus avantageux.

● **Nous et nos médicaments**

En étant mieux renseignés sur nos médicaments et sur la façon de bien les prendre, des effets bénéfiques se feront sentir car il est reconnu qu'une mauvaise consommation des médicaments peut non seulement faire augmenter les coûts mais aussi nuire gravement à la santé. En prenant des médicaments, plusieurs problèmes peuvent survenir si on n'y prête pas attention.

Par exemple, il arrive que l'on consomme trop de médicaments. C'est ce qu'on appelle la « surconsommation ». Les personnes qui prennent trop de médicaments multiplient les visites chez leur médecin ou en consulte plusieurs pour obtenir beaucoup de médicaments, même si elles n'en ont pas vraiment besoin. Elles peuvent devenir dépendantes de leurs médicaments et ne pas savoir comment arrêter d'en prendre d'une façon sécuritaire et avec le moins d'effets désagréables possibles.

D'autres ne prennent pas assez de médicaments ou les prennent mal. Il s'agit alors de la « sous-consommation ». Au lieu de suivre la prescription du médecin, ces personnes vont chercher à économiser leurs médicaments en sautant une journée ou deux. Ou elles vont cesser de prendre leurs médicaments trop tôt, dès qu'elles n'ont plus mal, plutôt que d'aller jusqu'au bout de leur traitement afin de s'assurer d'être bien guéries. Ou encore, elles vont refuser de consulter un médecin, même si elles ont un problème de santé qui dure depuis longtemps.

Parfois, c'est plutôt une erreur de diagnostic de la part du médecin qui fait en sorte que le patient ne reçoit pas tous les médicaments requis par son état de santé. Comme il ne prend pas les bons médicaments ou qu'il n'en prend pas du tout, malgré ses problèmes de santé, le patient fonctionne mal et sa qualité de vie en est affectée.

Enfin, dans des cas bien particuliers, certaines personnes vont chercher à se soulager elles-mêmes, sans consulter personne, en achetant à la pharmacie des médicaments pour lesquels on ne réclame pas de prescription du médecin, comme les médicaments en vente libre. Ou elles vont

mélanger des médicaments prescrits avec d'autres produits, par exemple les produits naturels, sans penser aux conséquences pour leur santé. D'autres vont même échanger leurs médicaments avec un membre de la famille ou des amis, en pensant ainsi se rendre service.

Pour éviter les ennuis, voilà pourquoi il est si important de suivre quelques règles de base pour une bonne prise de médicaments. Car il faut se rappeler que c'est seulement en prenant des médicaments pour les bonnes raisons, durant la bonne période de temps et selon la dose prescrite par son médecin que les médicaments seront vraiment utiles pour la santé.

~ Prendre ses médicaments de la bonne façon

Pour bien prendre ses médicaments et ne pas nuire à sa santé, il est recommandé de :

- ▶ Toujours informer son médecin et son pharmacien de tous les médicaments que l'on prend, y compris les médicaments vendus sans prescription, les vitamines ou les produits naturels, pour qu'ils puissent bien évaluer les réactions possibles entre tous ces produits.
- ▶ Ne pas boire d'alcool en prenant des médicaments car certains médicaments ne doivent pas être mélangés avec l'alcool. Certains aliments peuvent aussi diminuer l'efficacité d'un traitement lorsqu'ils sont pris avec des médicaments.
- ▶ Ne pas hésiter à poser des questions à son médecin et à son pharmacien. Par exemple, sur la nécessité du médicament prescrit, les effets indésirables qu'il peut provoquer, la façon dont il doit être pris, les boissons ou les aliments à éviter et, s'il y a lieu, les autres possibilités de traitement.
- ▶ Prendre soin de bien comprendre les instructions avant de commencer à prendre ses médicaments. Il faut suivre les instructions sur l'étiquette et demeurer fidèle au traitement durant toute sa durée, en prenant ses médicaments selon l'ordonnance, sans en prendre une dose plus petite ou plus grande à celle indiquée. En agissant ainsi, on évite la réapparition des symptômes.
- ▶ Tenir compte de la quantité de médicaments que l'on prend, par exemple en inscrivant sur une liste la dose prise, à quelle date et à quelle heure.
- ▶ Tous les médicaments peuvent occasionner des effets indésirables. Mais s'il y a des réactions inhabituelles comme des maux de tête, un manque de coordination, ou des changements dans l'humeur, le sommeil, l'appétit ou la respiration, il est conseillé d'appeler son médecin ou son pharmacien.
- ▶ Ne jamais emprunter ou partager ses médicaments avec d'autres personnes. Un traitement qui convient bien à une personne peut devenir un poison pour quelqu'un d'autre.

- ▶▶ Consulter le médecin avant de cesser de prendre des médicaments, surtout si on en consomme beaucoup ou depuis longtemps. Le corps aura à s'ajuster si on cesse de prendre certains médicaments et il sera possible de ressentir des symptômes désagréables. En parlant avec le médecin pour préparer l'arrêt de ses médicaments, on s'assure d'avoir toute l'information en main avant de commencer.
- ▶▶ Vérifier jusqu'à quelle date les médicaments restent bons. Les médicaments périmés peuvent devenir inefficaces et même, dans certains cas, nocifs. Si la date limite est dépassée, aller les porter à la pharmacie qui pourra en disposer.
- ▶▶ Garder ses médicaments hors de la portée des enfants et les conserver dans un endroit frais et sec. L'armoire à pharmacie de la salle de bains n'est pas toujours l'endroit idéal où les conserver.
- ▶▶ Développer des bonnes habitudes de vie telles que la relaxation, l'exercice, une saine alimentation et des activités de groupe ou en famille pour préserver le plus possible sa santé et son bien-être.

● Conclusion

Étant donné les progrès récents de la médecine dans l'étude des gènes, il est fort probable que la consommation des médicaments ira en augmentant. En effet, les médicaments pourraient éventuellement servir à prévenir de nombreuses maladies héréditaires.

Mais une consommation plus importante risque de poser un dilemme par rapport aux coûts à assumer : jusqu'où sommes-nous prêts à payer, comme société et personnellement, pour avoir accès à nos médicaments?

Et quels moyens devons-nous privilégier, si nous choisissons de limiter certaines dépenses? Comme il s'agit de notre santé et, parfois même, de notre vie, un équilibre doit être trouvé afin de répondre au mieux à nos besoins.

Par ailleurs, la consommation des médicaments fait également appel à notre sens personnel des responsabilités. C'est en portant attention à notre consommation et en n'hésitant pas à poser des questions à notre pharmacien et à notre médecin que nous nous assurerons de faire les meilleurs choix pour notre santé.

● Références bibliographiques

~ Références dans le texte

- (1) Gouvernement du Canada, Commission sur l'avenir des soins de santé au Canada, « *Guidé par nos valeurs : L'avenir des soins de santé au Canada* », 2002, chapitre 9 intitulé « *Les médicaments d'ordonnance* », p. 209.
- (2) Les compagnies de recherche pharmaceutique du Canada, Rx&D, « Guide d'information 2002 », p.10.
- (3) *Ibid.*1, chapitre 9, p. 215-216.
- (4) *Les dépenses en médicaments au pays sont passées de 5,8% (1,3 milliards) en 1980 à 12% (12,3 milliards de dollars) en 2001*. Cf. *Ibid.*1, chapitre 9, p. 215. De plus, les dépenses pour les médicaments (brevetés, non brevetés, génériques) augmentent plus rapidement que toutes les autres dépenses en santé. Cf. Conseil d'examen du prix des médicaments brevetés, « *Contrôle des prix des médicaments brevetés au Canada* », 2002, dépliant.
- (5) *Ibid.*1, chapitre 9, p. 210.
- (6) Gouvernement du Québec, ministère de la Santé et Services sociaux, « *L'assurance médicaments : un acquis social à préserver* », mai 2002, p. 11.
- (7) Gouvernement du Québec, ministère de la Santé et Services sociaux, « *Plan de la santé et des services sociaux - Pour faire les bons choix* », 2002, p.29.
- (8) *Ibid.* 1, chapitre 9, p. 212 -(données récentes des États-Unis).
- (9) Institut canadien d'information sur la santé et Statistiques Canada, « *Les soins de santé au Canada* », 2002, p.82.
- (10) *bid.* 1, chapitre 9, p.211.
- (11) *Ibid.* 7, p.29.
- (12) *Ibid.* 2, p.8.
- (13) NOËL, André, « *Les ventes de médicaments augmentent en flèche* », *La Presse*, jeudi, 26 juillet 2001, pour consultation : http://www.cyberpresse.ca/reseau/actualites/0107/act_101070001225.html.
- (14) *Ibid.*1, chapitre 9, p.213.
- (15) *Ibid.*1, chapitre 9, p.212 et 220.
- (16) *Ibid.*1, chapitre 9, p.212.
- (17) Gouvernement du Québec, ministère de la Santé et des Services sociaux, « *Les pistes de révision du régime général d'assurance médicaments* », 2000, p.5 à 8.
- (18) Association canadienne des fabricants de produits pharmaceutiques, « *Les médicaments génériques : même qualité, à moindre prix* », dépliant et Association canadienne du médicament générique, « *Quelle est la différence entre ces deux médicaments? Aucune, sauf le prix!* », dépliant, 2002.
- (19) Santé Canada, « *Le fonds pour l'adaptation des services de santé* », série de rapports de synthèse-*Les questions pharmaceutiques*, 2002, p.1 et 2.
- (20) NOËL, André, dossier « *Médicaments : la facture gonflée* », *La Presse*, samedi, 22 février 2003, p. A-2.

Références générales

- Institut canadien d'information sur la santé, « Soigner la maladie : chapitre 6 : consommation et coûts des médicaments au Canada », 2002, 91 p.
- Santé Canada, « Votre santé et vous : Innocuité et efficacité des médicaments génériques », 2002., 2 p. et à la Division du vieillissement et des aînés, document « Questions à poser à votre médecin et à votre pharmacien » 2002, 3 p.
- Gouvernement du Québec, Régie de l'assurance maladie du Québec, « Liste de médicaments assurés : Renseignements généraux », 2002, 40 p.

Pour en savoir plus

- Pour obtenir des informations sur les soins de santé et sur quelques aspects relatifs aux médicaments, contactez la ligne sans frais du ministère de la Santé et des Services Sociaux du Québec, à la Direction des communications, au 1-800-707-3380 , pour obtenir gratuitement les brochures suivantes :
- « *Plan de la santé et des services sociaux-Pour faire les bons choix* », 2002, 35 p.
- « *Guide Au service de la Santé* » (un guide pour chaque région), 2002, 16 p.

Documentation Afeas

- Afeas, R&D et SIMONEAU, Isabelle (Lilly), « Médicament d'origine versus médicaments générique, un choix important! », Femmes d'ici, hiver 2002, vol. 36, numéro 2, p.10-11.
- Afeas, GAGNÉ, Danielle (Merck Frosst Canada Ltée) , « Les médicaments innovateurs : une technologie efficace au service des soins à domicile et des soins communautaires », Femmes d'ici, été 2002, vol. 36, numéro 4, p.20.

Sites Internet à visiter

- Commission sur l'avenir des soins de santé au Canada : <http://www.healthcarecommission.ca/default.asp?DN=cn=49,ou=Stories,ou=Suite247,o=HCC>