

LA DÉPRESCRIPTION



Prenez-vous trop de médicaments?

Qu'est-ce que la déprescription? La déprescription signifie réduire ou arrêter les médicaments qui n'ont plus d'effets bénéfiques ou qui peuvent être nuisibles. Le but de la déprescription est de maintenir ou améliorer la qualité de vie. **La déprescription concerne les patients, les professionnels de la santé, les soignants et les décideurs politiques.**

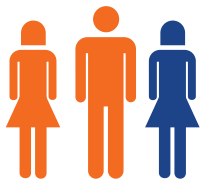


La déprescription doit toujours être faite en partenariat avec un professionnel de la santé. Il peut y avoir des raisons de poursuivre la prise de certains médicaments ou des raisons justifiant une surveillance étroite lors de l'arrêt.



Les médicaments NE DOIVENT PAS être arrêtés sans d'abord consulter un médecin ou un professionnel de la santé.

Trop de médicaments pour nos aînés?



2 Canadiens sur 3, âgés de plus de 65 ans, prennent **au moins 5 médicaments** d'ordonnance différents — et certains peuvent causer plus de mal que de bien.



1 Canadien sur 4, âgé de plus de 65 ans, prend au moins **10 médicaments** d'ordonnance différents.

(ICIS, 2014)

Pourquoi déprescrire?



Prendre des médicaments peut être nécessaire pour la santé, pour soulager des symptômes ou pour prolonger l'espérance de vie. Cependant, en vieillissant, les bénéfices et les risques liés aux médicaments peuvent changer.



Le risque d'effets nuisibles et d'hospitalisations augmente lors de la prise de nombreux médicaments d'ordonnance.

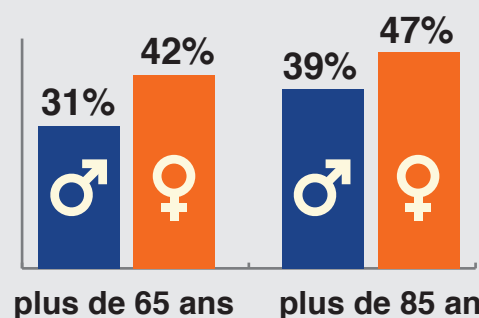


Avec l'âge, certains médicaments peuvent devenir inutiles, voire nuisibles, à cause d'effets secondaires et d'interactions médicamenteuses.



Les femmes âgées sont généralement plus susceptibles aux effets nuisibles des médicaments et plus sujettes à avoir une prescription risquée.

Aînés qui remplissent au moins une prescription risquée au Canada



(Morgan *et al.*, 2016; données annuelles de 2013)

La prise de médicaments peut être considérée comme risquée lorsqu'un médicament ou une thérapie plus sécuritaire existe pour traiter les mêmes symptômes.

Le coût de la prise risquée de médicaments

419 \$ MILLIONS

Les Canadiens dépensent 419 \$ millions par année pour des médicaments potentiellement dangereux. Ceci ne comprend pas les coûts hospitaliers.

(Morgan *et al.*, 2016)

1,4 \$ MILLIARD

Les Canadiens dépensent 1,4 \$ milliard par année en soins de santé pour traiter les effets nuisibles des médicaments, tels que les évanouissements, les chutes, les fractures et les hospitalisations.

Trop de médicaments : que faire?

Le Réseau canadien pour la déprescription est un groupe de professionnels de la santé, de chercheurs universitaires et de défenseurs des patients qui travaillent ensemble pour promouvoir l'utilisation appropriée des médicaments au Canada.



Objectifs principaux de ReCaD :

- Réduire les préjudices liés aux médicaments risqués en diminuant leur taux de prescription de 50 % d'ici 2020.
- Promouvoir la santé par l'amélioration de l'accès à des thérapies pharmacologiques et non pharmacologiques plus sécuritaires.

ReCaD se concentre initialement sur les médicaments suivants pour lesquels la déprescription devrait être considérée chez les personnes âgées :

- **Benzodiazépines** (ex. diazépam, Valium®, lorazépam, Ativan®, alprazolam, Xanax®)
- **Inhibiteurs de la pompe à protons** (ex. pantoprazole, Pantoloc®)
- **Sulfonylurées** (ex. glyburide, Diabeta®)



Ces médicaments sont surconsommés, peuvent causer plus de mal que de bien, et il existe des solutions de rechange plus sécuritaires.

Que pouvez-vous faire?

Renseignez-vous sur vos médicaments et les raisons pour lesquelles vous les prenez.

Discutez avec votre professionnel de la santé à propos de la déprescription et des thérapies alternatives.

Passez le mot à propos de la déprescription à vos amis et votre famille, ainsi qu'aux groupes de défense d'intérêts et représentants gouvernementaux.

Utilisez MedStopper pour déterminer si vous prenez des médicaments qui pourraient être dangereux (disponible en anglais seulement) : <http://medstopper.com/>

Télécharger des informations sur l'arrêt de certains médicaments:

<https://www.deprescribingnetwork.ca/informations-essentielles>

Apprenez-en davantage sur la déprescription en visitant le site web de ReCaD :

<https://www.deprescribingnetwork.ca/fra>

Posez des questions, restez informé, soyez proactif et faites des choix intelligents.

Références

- Utilisation des médicaments chez les personnes âgées adhérant à un régime public d'assurance-médicaments au Canada, 2012. Révisé en octobre 2014. Ottawa, ON: ICIS ; 2014
- Morgan *et al.* Frequency and cost of potentially inappropriate prescribing for older adults: a cross-sectional study. CMAJ Open, 2016;4:E346-E51.