

Antihistaminiques

Vous êtes à risque

Vous prenez un antihistaminique
de première génération :

- Bromphéniramine (Bromfed®, Dimetapp®, Bromfenex®, Dimetane®, BPN®, Lodrane®, Ala-Hist® IR, Dimetane®, Disomer®, J-Tan®, Veltane®)
- Carbinoxamine (Clistin®, Palgic®, Rondec®, Rhinopront®)
- Chlorphéniramine (Antagonate®, Chlor-Trimeton®, Efidac 24®, Kloromin®, Phenetron®, Pyridamal 100®, Teldrin®)
- Cyproheptadine (Periactin®, Peritol®)
- Diphenhydramide (Aler-Dryl®, Allergia-C®, Allermox®, Benadryl®, Compoz Nighttime Sleep Aid®, Diphedryl®, Diphen®, Diphenadryl®, Diphenhist®, Dytan®, Hydramine®, Nytol®, Sominex®, Unisom®)
- Dexbromphéniramine (Drixorale®)
- Triprolidine (Actidil®, Myidil®, Actifed®, Zymine®)
- Clemastine (Dayhist®, AllergyTavist®, Tavist® Allergy, Meclastin®)
- Doxylamine (Aldex AN®, Nighttime Sleep Aid, Unisom® SleepTabs)
- Hydroxyzine (Atarax®, Hypam®, Orgatrx®, Vistaril®)
- Prométhazine (Phenergan®, Promethegan® Suppository, Remsed®, Phenergan®, Phenadoz®)

TESTEZ VOS CONNAISSANCES AU SUJET DE CE MÉDICAMENT



QUIZ

Antihistaminique de première génération

1. Ce médicament est un antihistaminique qu'on peut prendre pour une longue période de temps en toute sécurité. **VRAI** **FAUX**
2. Ce médicament ne cause aucun effet secondaire. **VRAI** **FAUX**
3. Ce médicament est la meilleure option pour résoudre mes problèmes d'allergie ou de démangeaisons. **VRAI** **FAUX**
4. Même à mon âge, il n'est pas trop tard pour substituer ou discontinuer ce médicament. **VRAI** **FAUX**



RÉPONSES



1. FAUX

Il existe maintenant des antihistaminiques de deuxième génération qui sont plus sécuritaires que ce médicament.

2. FAUX

Cet antihistaminique de première génération est associé à des effets secondaires que la plupart des gens ignorent : somnolence, étourdissements, sécheresse de la bouche et des yeux, vision brouillée. Dans certains cas, il peut causer de la constipation, des pertes de mémoire, de l'agitation, des problèmes urinaires et même de la confusion.

3. FAUX

Bien que ce médicament soit efficace à court terme, des études récentes ont démontré qu'elle n'est pas la meilleure solution à long terme pour vos symptômes d'allergies, de peau sèche, de démangeaisons ou d'insomnie. Pour les problèmes d'allergies, il existe maintenant une nouvelle génération d'antihistaminiques qui causent beaucoup moins d'effets secondaires. Vous trouverez dans les pages suivantes des solutions plus saines pour traiter vos problèmes de peau sèche et de démangeaisons. En ce qui concerne l'insomnie, les antihistaminiques de première génération ne font que masquer les symptômes sans apporter de solutions au problème. Ce médicament ne devrait pas être utilisé pour dormir. Il existe d'autres solutions.

4. VRAI

Il n'est jamais trop tard pour changer ou revoir vos médicaments sous la supervision de votre médecin, votre infirmière ou de votre pharmacien.

LE SAVIEZ-VOUS?

Ce médicament est un antihistaminique de première génération utilisé pour soulager les symptômes causés par les allergies, comme les éternuements, l'écoulement nasal, la congestion du nez et des sinus, les irritations, l'urticaire et les éruptions cutanées. Ce médicament possède un puissant effet secondaire : la somnolence. Si vous le prenez, vous ne devriez pas conduire votre véhicule ou utiliser de la machinerie lourde, car il peut augmenter le risque d'accidents.

Les autres effets secondaires comprennent :

- Sécheresse de la bouche et des yeux
- Constipation
- Pertes de mémoire ou confusion
- Problèmes urinaires

Chez certaines personnes, ce médicament peut entraîner une chute de pression et des étourdissements lorsqu'elles se lèvent de leur fauteuil ou du lit. Il faut redoubler de vigilance en présence de maladies cardiovasculaires, d'insuffisance cardiaque ou de glaucome.

AVERTISSEMENT

Si vous souffrez de glaucome, de maladies cardiovasculaires ou d'insuffisance cardiaque, redoublez de vigilance en utilisant un antihistaminique de première génération. De plus, Atarax® ne devrait pas être pris en même temps que des somnifères ou d'autres antihistaminiques.

Consultez votre pharmacien, votre infirmière ou votre médecin avant de cesser tout médicament.

DEMANDEZ-VOUS :

OUI OU NON?

Vous prenez ce médicament depuis longtemps? **oui** **non**

Vous vous sentez fatigué et léthargique pendant la journée? **oui** **non**

Vous avez toujours la bouche sèche, même si vous buvez de l'eau en quantité suffisante? **oui** **non**

Vous vous plaignez de votre mémoire et vous sentez confus? **oui** **non**

EN VIEILLISSANT

En vieillissant, le corps change et l'effet des médicaments sur l'organisme est modifié. Il est aussi probable que vous preniez plus d'un médicament ou que vous souffriez d'une maladie chronique. De plus, les reins et le foie travaillent moins bien. C'est pourquoi les médicaments peuvent rester plus longtemps dans l'organisme, ce qui peut augmenter les effets secondaires.

L'information concernant ce médicament est importante; malheureusement, elle n'est pas toujours transmise aux patients qui le prennent. Il existe maintenant de nouveaux médicaments qui peuvent soulager vos symptômes d'allergies ou de peau sèche avec moins d'effets secondaires sur votre qualité de vie. Parlez-en à votre médecin ou votre pharmacien.

DES SOLUTIONS DE RECHANGE

Si vous prenez ce médicament pour vos problèmes de peau sèche ou de démangeaisons :

En vieillissant, il est fréquent d'avoir la peau sèche ou des démangeaisons. Le plus important est de trouver un moyen de briser le cycle "ça pique – je me gratte", qui ne fait qu'empirer les démangeaisons. Il existe de nombreux moyens non-médicinaux pour réduire les démangeaisons et hydrater la peau sèche. Par exemple :

- Éliminez les savons et détergents irritant la peau. Utilisez plutôt un nettoyant liquide doux.
- Limitez le temps sous la douche ou dans le bain à 10 minutes ou moins.
- Appliquez une crème hydratante immédiatement après la douche ou le bain. Répétez l'application jusqu'à 3 fois par jour si nécessaire afin de garder votre peau bien hydratée. Les pommades ou les crèmes épaisses ayant une teneur élevée en lipides (comme celles contenant du beurre de karité) sont plus hydratantes que les lotions ou les gels.
- Utilisez un humidificateur pour augmenter le taux d'humidité dans la maison pendant l'hiver, car le chauffage peut assécher la peau.
- Si vos démangeaisons sont intenses, appliquez une débarbouillette d'eau froide pour soulager la sensation de brûlure.

Si vous prenez ce médicament pour vos allergies :

- Choisissez plutôt un antihistaminique de deuxième génération, comme Claritin® ou Reactine® qui ont moins d'effets secondaires que les antihistaminiques de première génération. Ces médicaments sont disponibles sans ordonnance et causent beaucoup moins d'effets secondaires.
- Discutez avec votre pharmacien ou votre médecin du choix d'un antihistaminique qui présente moins d'effets secondaires et qui convient à vos symptômes d'allergies.



L'HISTOIRE DE MADAME PARKER

Madame Parker souffre de la fièvre des foins, à chaque été, depuis plus de 30 ans. À l'époque, son médecin lui avait prescrit Atarax® pour soulager ses symptômes. Elle a toujours apprécié l'efficacité de ce médicament qu'elle prend pendant toute la durée de ses allergies, mais cette année elle a été victime d'un accident de voiture : elle s'est assoupie au volant.

Lorsqu'elle en a parlé à son pharmacien, celui-ci a suspecté Atarax® d'être le responsable de ses assouplissements. Il a remplacé Atarax® par Claritin® et Madame Parker a tout de suite remarqué la différence : elle se sent moins léthargique et s'endort moins. Et ses allergies sont bien contrôlées. De plus, elle n'a plus de pertes de mémoire, ce qui commençait sérieusement à l'inquiéter!

L'hiver, Madame Parker se plaint souvent de peau sèche et de démangeaisons. Au lieu de prendre Atarax® ou même Claritin®, son pharmacien lui a recommandé d'utiliser un gel douche sans savon et d'appliquer une riche crème hydratante deux fois par jour. Elle s'est également procurée un humidificateur qu'elle fait fonctionner la nuit dans sa chambre. Depuis, elle ne se gratte plus.

