



Flash info médicament

Influence de la nourriture sur les médicaments

Influence de la nourriture

Temps de vidange gastrique

A jeun	30-45 min
Après un repas «léger»	2-3 heures
Après un repas «riche»	3-4 heures



Influence de la nourriture

La prise de nourriture va agir surtout au niveau de l'absorption du médicament et plus rarement sur la métabolisation:

- Va allonger ou raccourcir son délai d'action (si estomac plein p. ex.)
- Atténuer l'effet du médicaments
- Augmenter l'effet du médicament
- Améliorer la tolérance du médicament

Certains aliments sont susceptible d'interagir avec certains médicaments

- Interaction au niveau de l'estomac ex: le lait
- Interaction au niveau du foie (métabolisation) ex: jus de pamplemousse
- Un régime riche en vitamine K et anticoagulants oraux

Le moment de prise du médicament

AVANT

AVEC

PENDANT

APRES

A JEUN



Le moment de prise du médicament

L'importance du moment de prise repose sur 2 principes

Améliorer la tolérance digestive

- La prise de nourriture aura dans ce cas un rôle de protection gastrique pour certains médicaments connus pour être irritants
- Si le médicament est pris sans nourriture, l'efficacité de ce dernier sera la même
- Exemple: AINS, corticostéroïdes, antibiotiques, metformine

Garantir l'efficacité

- La nourriture va influencer l'absorption de certains médicaments
- Certains devront être pris avec un repas riche en graisse pour avoir des bonnes concentrations sanguines (certains anti-VIH)
- D'autres devront être pris à jeun pour être efficaces (hormones thyroïdiennes, quinolones etc.)

Les IPP

Les IPP sont un cas de figure particulier:

- Ils doivent agir sur les pompes à protons
- Ils ont un effet systémique (et non local)
- Pendant les repas, il y a le plus de pompes activées
- Il est conseillé de les prendre avant les repas de façon à ce que le médicament ait atteint la circulation sanguine pendant le repas, ainsi le maximum de pompe inhibées

Conseil pour potentialiser l'effet, mais comme la digestion dure 2 heures, il aura tout de même une efficacité s'il est donnée au moment du repas

Avec ou après les repas

Le médicament est mieux toléré s'il est pris avec la nourriture
Aucun effet sur l'efficacité

Exemples:

AINS (ibuprofène, diclofénac)

Aspirine, aspirine cardio

Co-amoxicilline

Clindamycine (Dalacin)

Bactrim

Cortisone

Metformine



Même si cela ne change rien à l'efficacité, si la personne ressent un inconfort lors de la prise d'un médicament cela va la dissuader de suivre le traitement correctement

A jeun ou loin des repas

1 heures avant ou 2 heures après un repas

Un cycle de digestion dure environ 2 heures

Exemples:

Lévothyroxine

Quinolone (Ciprofloxacine, norfloxacine)

Erythromycine, azythromycine

Alendronate (Fosamax)

A jeun ou loin des repas

Le patient a toujours pris le médicaments faux!!!

Que faire?

- ✓ Ne pas forcément changer le moment de prise
- ✓ D'abord s'assurer de l'effet thérapeutique
- ✓ Si cibles atteintes → ne pas changer
- ✓ Eviter de perturber l'équilibre

Le moment de prise

Parfois le moment de prise va simplement augmenter l'efficacité du médicament, indépendamment de la nourriture mais en fonction de la physiologie (rythme cardiaque, tension, taux d'hormone etc.)

Exercice:

Les somnifères:

La cortisone:

Les anti-hypertenseurs:

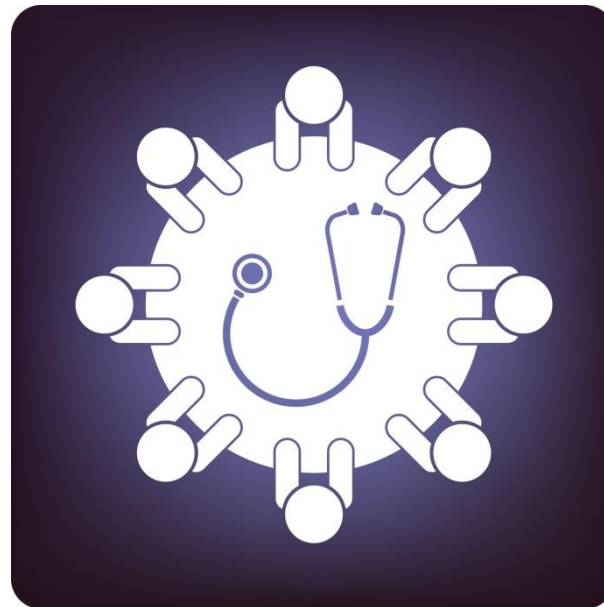
Les IPP:

Les hypolipémiants (statines):

Les interactions avec les aliments

Aliment	Médicaments concernés	Effet
Lait (produits laitiers) Aliments riches en calcium	Quinolone, tétracycline, lévodopa, lévothyroxine, biphosphonates	Le calcium va former des complexe et le médicament ne sera pas absorbé
Alcool	Paracétamol Molécules agissant sur le SNC (somnifères, neuroleptiques, AD) Métronidazole (Flagyl)	Augmente toxicité du paracétamol si consommé régulièrement Augmente l'effet sédatif Effet «antabuse» du Flagyl
Caféine (café, thé, chocolat noir,)	Tizanidine (Sirdalud) Ciprofloxacine	Augmentation de l'effet de la caféine, agitation, insomnie
Pamplemousse	Statines, colchicine, tacrolimus, amiodarone, pilule	Métabolisation bloquée, augmentation de la concentration des médicaments
Chou, brocoli, épinard	Sintrom, Marcoumar	Baisse de l'INR (baisse efficacité du Sintrom)

MERCI



Assistance pharmaceutique de la Phel: 4214