

## Avec vos médicaments, restez maître du jeu.

Les médicaments sont efficaces contre certaines maladies, mais leur usage n'est pas anodin. Leur consommation peut avoir des effets négatifs sur la santé et entraîner des troubles : on parle alors de « iatrogénie médicamenteuse ».

Les accidents liés aux médicaments sont responsables de plus de **130 000 hospitalisations par an** en France et de **7 500 décès** parmi les personnes de plus de 65 ans. Or, jusqu'à 70% de ces accidents seraient évitables selon certaines études (source : Pr Sylvie Legrain « Consommation médicamenteuse chez le sujet âgé » - HAS 2015).



### Les signaux d'alerte, les erreurs à éviter :

#### 10 réflexes pour prévenir l'accident

L'accident peut se révéler par un malaise, une chute, une hémorragie, des troubles digestifs plus ou moins graves qui peuvent conduire à l'hospitalisation. Pour éviter l'accident, 10 réflexes sont à adopter :

- >> Respecter et comprendre votre ordonnance
- >> Effectuer un point régulier avec votre médecin et préparer votre consultation
- >> Ne pas stopper votre traitement sans avis médical
- >> Adapter votre mode de vie à vos traitements
- >> Être particulièrement vigilant dans certaines circonstances
- >> Savoir détecter les signaux d'alerte
- >> Prendre garde à l'automédication
- >> Votre organiser avec votre pilulier
- >> Ouvrir votre Dossier Médical Partagé

### Patients, proches, professionnels de santé : dialogue et concertation pour éviter l'accident

En cas de doute ou de signaux d'alerte, adressez-vous à **votre professionnel de santé** (médecin, pharmacien, infirmière). Le partage d'informations entre professionnels ainsi que la mise à dispositions de nouveaux outils permettent aussi de prévenir les risques, notamment le bilan partagé de médication mis en place par les pharmaciens ou la conciliation médicamenteuse faite à l'hôpital. Enfin, **le Dossier Médical Partagé est l'outil idéal** pour favoriser la coordination entre les professionnels de santé et le patient, il permet de conserver et de sécuriser vos principales données de santé.

*Pour ouvrir votre Dossier Médical Partagé, cliquez sur <https://www.dmp.fr/patient/creation/etape1>*

