

07.07.2015 – 09:29 Uhr

## Vacances en toute sérénité grâce aux mesures adéquates

*Berne-Liebefeld (ots) -*

Lors des journées chaudes d'été, il est très important d'entreposer correctement les médicaments dans la mesure où la chaleur peut affecter leur efficacité. Les pharmacies peuvent vous dire quels produits sont sensibles à la chaleur et comment vous devez les garder. Dans certains cas, une glacière ou un sac isotherme peut s'avérer utile.

Les médicaments devraient être protégés de la chaleur extrême et du plein soleil. En été, la plupart des médicaments doivent être gardés dans un endroit frais (jusqu'à 25°C au max.), mais pas trop froid. Les liquides d'injection, comme p.ex. les insulines (pour diabétiques), ou certains médicaments biotechnologiques, pour les personnes atteintes de rhumatismes p.ex, sont particulièrement sensibles aux températures. Il est recommandé de les conserver dans un endroit frais, de préférence à domicile dans la porte du réfrigérateur (pour éviter tout risque de gel). Tous les médicaments, quelle que soit leur forme galénique, peuvent toutefois subir des dommages dus à la chaleur: si les produits sont mal entreposés, les substances actives peuvent se décomposer, ce qui n'est pas forcément visible à l'oeil nu. Les sprays contre l'asthme qui sont exposés directement au soleil se réchauffent fortement. La précision de la dose et l'efficacité s'en trouvent alors affectées.

Demander conseil en cas de doute

Dans le cas des suppositoires, les changements liés à la température sont souvent clairement identifiables. Une fois fondus, ils ne devraient plus être utilisés après refroidissement dans la mesure où la substance active n'est plus répartie harmonieusement dans la base fondue. Les crèmes et les pommades peuvent aussi devenir inutilisables en cas de surchauffe, dans la mesure où les composants solides et liquides se séparent les uns des autres. Les sirops, solutions et aérosols peuvent aussi être vulnérables: les derniers cités peuvent rompre voire exploser en cas de réchauffement trop fort. Les formes galéniques solides, comme les comprimés ou les dragées, sont les plus résistants. Si un médicament a un aspect différent par rapport à la normale, il ne devrait plus être utilisé. «En cas de doute, il vaut mieux demander conseil à son pharmacien», précise Fabian Vaucher, pharmacien FPH et président de pharmaSuisse, la Société Suisse des Pharmaciens: «Les pharmaciens disent à leurs patients à quoi ils doivent prêter attention lors de l'entreposage des médicaments».

Lors de vacances et de voyages, il faut prendre certaines mesures pour éviter que les médicaments subissent des dommages: lors de voyages en voiture, les médicaments devraient être placés sous le siège avant ou dans le coffre, où la température reste relativement fraîche. Par contre, la plage arrière, le tableau de bord ou la boîte à gants sont inappropriés - en règle générale, ces endroits chauffent le plus et peuvent atteindre des températures de plus de 70°C. Lors de trajets en voiture ou de vacances en camping, un sac isotherme ou une glacière peuvent s'avérer utiles. Les médicaments ne devraient pourtant jamais entrer en contact direct avec des éléments réfrigérants. Lors de sorties à la piscine ou d'activités similaires, les médicaments ne doivent pas être laissés dans la voiture. Il est recommandé de les prendre avec soi.

Fin prêt grâce au bon équipement

Lors de voyages en avion, il est recommandé de prendre les médicaments dans le bagage à main dans la mesure où les températures sont trop basses dans la soute. Les voyageurs qui ne peuvent pas renoncer à leurs médicaments devraient disposer d'un certificat médical - en anglais de préférence - en particulier dans le cas de seringues pour l'injection d'insuline ou de médicaments biotechnologiques. En cas de voyage dans des pays qui ne font pas partie de l'espace Schengen, il est recommandé de s'informer suffisamment tôt sur les réglementations en vigueur pour le transport de médicaments.

Toute personne qui part en vacances devrait en outre disposer d'une trousse de secours ou d'une trousse de voyage adaptée à la destination et à la durée du voyage, d'autant plus que les médicaments nécessaires ne sont pas forcément disponibles à l'étranger. Il est aussi recommandé d'avoir dans son bagage à main et lors de longs voyages des comprimés contre les maux de tête, la nausée, la diarrhée ou la constipation, des produits de désinfection pour les toilettes publiques et des serviettes nettoyantes.

Votre pharmacie de confiance vous conseille volontiers afin que vous puissiez passer des vacances en toute sérénité.

Remarque aux journalistes: nous répondons volontiers à vos demandes concernant les voyages et les médicaments et vous mettons en contact avec des pharmacies de votre région.

Engagement pour les professionnels des médicaments

pharmaSuisse en tant qu'association faîtière des pharmaciens compte 5500 membres et représente 1350 pharmacies. Elle défend des conditions-cadres optimales dans l'ensemble de la Suisse, informe le grand public sur des sujets touchant à la santé et propose de nombreuses prestations à ses membres. Le siège de pharmaSuisse se trouve à Berne-Liebefeld.

[www.pharmaSuisse.org](http://www.pharmaSuisse.org)

Contact:

pharmaSuisse  
Stephanie Rohrer

Responsable du département Communication & Marketing  
Stationsstrasse 12, 3097 Berne-Liebefeld  
Tél: +41 (0)31 978 58 27  
Portable: +41 (0)76 519 89 09  
E-mail: [kommunikation@pharmaSuisse.org](mailto:kommunikation@pharmaSuisse.org)

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100004115/100775280> abgerufen werden.