



FICHE CONSEILS

“J’AI MAL AU VENTRE” : LES CONSEILS DU PHARMACIEN D’OFFICINE

En officine, le pharmacien est régulièrement confronté à des patients se plaignant de maux de ventre. En termes de chiffre d'affaires annuel, les médicaments pour les troubles digestifs arrivent en troisième position des classes thérapeutiques d'automédication les plus vendues.

01

Comprendre les maux de ventre



- Connaître l'anatomie générale du système digestif : les organes du tube digestif comprennent la bouche, le pharynx, l'œsophage, l'estomac, l'intestin grêle, le gros intestin, le rectum et l'anus. D'autres organes annexes jouent aussi un rôle dans la digestion : les dents, la langue, les glandes salivaires, le foie, la vésicule biliaire et le pancréas.
- Connaître les principaux troubles de la digestion et maladies qui peuvent engendrer des maux de ventre : reflux gastro-oesophagien, constipation et diarrhée, infections gastro-intestinales...
- Toutes les tranches d'âge de la population peuvent être concernées par ces problèmes. Ceux-ci apparaissent souvent soudainement, mais selon les cas ils peuvent soit être de courte durée ou non.

Le reflux gastro-oesophagien affecterait entre 30 et 45 % de la population française au moins une fois par mois.

02

Interroger le patient



- Comprendre la psychologie des patients : les symptômes des maux de ventre sont souvent considérés comme banaux même lorsqu'ils impactent la qualité de vie. Pour cette raison mais aussi par manque de temps, ou parce qu'ils se sentent gênés, les patients ont tendance à privilégier l'automédication sans passer par la case de la consultation médicale.
- Le rôle du pharmacien est donc très important pour les guider, les rassurer voir les orienter vers un médecin. Un interrogatoire précis et rapide pour bien comprendre leurs troubles s'impose donc.
- Savoir quelles questions poser : obtenir des informations sur l'intensité de la douleur et sa localisation au niveau de l'appareil digestif, la fréquence et la nature des selles, les circonstances de survenue des symptômes et leur durée, les habitudes alimentaires et l'hygiène de vie du patient, la prise éventuelle de d'autres médicaments. Ces questions permettent aussi d'identifier un potentiel cas grave, symptomatique d'une maladie plus problématique et de référer si besoin vers le médecin.

03



Connaître les différentes solutions médicamenteuses adaptées

- Selon la nature du trouble, différentes solutions médicamenteuses peuvent être proposées. De nombreux médicaments sont disponibles sans ordonnance sur le marché, et le pharmacien doit donc avoir une connaissance poussée de la composition et de la pharmacologie de ces derniers pour choisir la molécule la plus adaptée au patient et lui éviter les éventuels effets secondaires.
- Pour la constipation, connaître les **cinq grandes classes de laxatifs** permettant d'accélérer le transit et faciliter l'exonération. Pour la diarrhée, connaître le mode d'action des ralentisseurs de transit (**loperamide - IMODIUM®**) les antiseptiques intestinaux les antisécrétoires intestinaux, les topiques adsorbants (**argiles, charbons doués de propriétés adsorbantes**)...

04



Rassurer et soutenir le patient

- Le patient qui se rend en pharmacie avec des maux de ventre cherche aussi à être rassuré. Passer du temps avec lui, en lui posant des questions sur ses symptômes, prodiguer des conseils et des mises en garde sur l'utilisation des médicaments délivrés à l'officine, expliquer le mode d'action des traitements fait parti de la mission du pharmacien.
- Prodiger des conseils alimentaires et d'hygiène de vie : mettre par exemple l'accent sur l'hydratation (très importante notamment en cas de diarrhée) et l'exercice physique.
- Dans le cas de la constipation, insister sur la nécessité de consommer plus de fibres. Dans le cas de la diarrhée, recommander des aliments riches en nutriments. Un jeun trop long est déconseillé, au risque pour le patient de se retrouver en situation de dénutrition.

05



Se tourner vers d'autres sources d'informations

- **Association** Française de Formation Médicale Continue en Hépatogastro-Entérologie : <https://www.fmcgastro.org/>
- Société savante médicale d'hépatogastroentérologie et en oncologie digestive : <https://www.snfge.org/>
- Thèse très complète sur la prise en charge des troubles digestifs à l'officine <https://hal.univ-lorraine.fr/hal-01732867/document>

QUIZ

01

En cas de constipation, quelle huile essentielle peut potentiellement aider le patient ?

- A. Huile essentielle d'amande douce
- B. Huile essentielle d'orange douce
- C. Huile essentielle d'estragon

02

En cas de grosse fatigue et de perte de poids inexplicée, les laxatifs sont contre-indiqués :

- A. VRAI
- B. FAUX

03

Le délai d'action des laxatifs "stimulants" est de :

- A. 3 à 6 heures
- B. 6 à 10 heures
- C. 10 à 12 heures

04

La constipation peut aussi être le signe d'une maladie grave telle que le cancer du côlon :

- A. Vrai
- B. Faux

05

Quelle proportion de la population occidentale la constipation pourrait-elle toucher ?

- A. 20 %
- B. 30 %
- C. 50 %

RÉPONSES

01. Réponse C - 02. Réponse A - 03. Réponse B
04. Réponse A - 05. Réponse B