

Les médicaments en vente libre sont des médicaments que l'on peut se procurer sans ordonnance médicale. Par exemple, les médicaments pour soulager la douleur, comme l'acétaminophène, ou des produits comme le sirop contre la toux.

Les produits de santé naturels sont souvent formulés à partir de plantes, mais peuvent aussi être composés de minéraux ou d'autres substances naturelles. Ils se présentent sous différentes formes, notamment en comprimés, en capsules, en crèmes, en onguents ou en gouttes. Les vitamines et les médicaments traditionnels en sont des exemples.

Prenez des mesures pour éviter les empoisonnements

Savoir comment utiliser et entreposer de façon sécuritaire les médicaments (sur ordonnance ou en vente libre) et les produits de santé naturels peut aider à prévenir les empoisonnements et leurs conséquences, pour vous et votre famille.

Utilisez les médicaments et les produits de santé naturels en toute sécurité

- Avant d'administrer ou de prendre un médicament ou un produit de santé naturel, lisez toujours attentivement l'étiquette et le mode d'emploi. L'étiquette indique comment et quand utiliser le produit, à qui il est destiné, ainsi que les mises en garde et les précautions importantes à connaître.
- Respectez la posologie. Prendre une dose plus élevée que celle recommandée ne rend pas un médicament plus efficace. Les médicaments et les produits de santé naturels sont plus efficaces lorsqu'ils sont utilisés à la bonne dose.
- Portez attention à toutes les instructions posologiques, notamment la dose à prendre à la fois, la fréquence des prises et la quantité maximale permise sur une période de 24 heures.



Lorsque vous récupérez ou achetez des médicaments

- Parlez à votre pharmacien ou votre pharmacienne. Il ou elle peut vous guider sur la manière de prendre et d'utiliser en toute sécurité les médicaments (sur ordonnance ou en vente libre) et les produits de santé naturels.
- Portez attention à l'emballage. Choisissez des produits dans un emballage ou contenant à l'épreuve des enfants et, lorsque c'est possible, achetez des formats plus petits. Avoir moins de médicaments à la maison peut aider à prévenir le mésusage et l'abus.



Rangez les médicaments en lieu sûr

- Après chaque utilisation, rangez les médicaments en vente libre et les produits de santé naturels de façon sécuritaire, tout comme les médicaments sur ordonnance.
- Un entreposage sécuritaire consiste à les placer sous clé, en hauteur et hors de portée. Des sacs ou des boîtes verrouillables peuvent être utilisés pour ranger des médicaments de façon sécuritaire à la maison.
- Rapportez les médicaments périmés ou non utilisés à votre pharmacie, qu'ils soient sur ordonnance ou en vente libre, ainsi que les produits de santé naturels, ou disposez-en par le biais du programme de reprise des médicaments non désirés de votre région.



En cas d'empoisonnement, communiquez avec le centre antipoison de votre région. En cas de perte de conscience ou de difficulté à respirer, composez immédiatement le 9-1-1.



Pour en savoir plus sur #RepenserLesPoisons, visitez :

Parachute

parachute.ca/empoisonnement

L'Association canadienne des centres antipoison et de toxicologie clinique

infopoison.ca/fr/

Santé Canada

canada.ca/sante-canada



Association
canadienne pour
centres
antipoison et
toxicologie
clinique



Canadian
Association for
Poison
Centres and
Clinical
Toxicology

TOXICOVIGILANCE
CANADA