

Le spectre de la gastro

L'hiver est là et avec lui, un spectre redouté de tous les parents : la gastroentérite. Cette maladie, crainte comme la peste par les familles, entre en général dans les maisons avec la saison froide où elle cause de la diarrhée avec parfois de la fièvre et des vomissements.

Maman Éprouvete,
Agence Science-presse

On estime que 75 à 90 % des gastroentérites sont causées par des virus, dont les principaux seraient les rotavirus. Ces derniers seraient responsables du tiers des hospitalisations suite à une infection intestinale.

Toutefois, un nouvel ennemi se profile déjà : le virus de Norwalk. Ce virus cause en effet de plus en plus de cas de gastroentérite. Aussi peu que 18 à 1000 particules virales peuvent rendre un individu malade. Si on ajoute à cela qu'il est résistant aux désinfectants et qu'il peut rester infectieux longtemps sur les surfaces, on comprend mieux qu'il soit très contagieux.

Le principal danger lors d'une gastroentérite est la déshydratation. La diarrhée

et les vomissements occasionnent en effet une perte de liquide et de certaines substances essentielles comme le sodium, le chlore et le potassium. C'est pour cette raison que le but premier du traitement de cette maladie est d'empêcher la déshydratation.

Traitement

Si un enfant est peu déshydraté, le simple fait de poursuivre sa diète habituelle, mais en ajoutant des liquides additionnels devrait être suffisant. Avoir une alimentation normale contribue en général à diminuer la durée de la diarrhée. De plus, les régimes très sévères composés de bananes, de riz, de compote de pommes et de rôties ne sont plus recommandés par les médecins, car ils sont trop restrictifs.

Par contre, si l'enfant ne réussit pas à manger comme à son habitude, il faut commencer à utiliser des solutions de réhydratation trois à quatre heures après le début des symptômes. L'eau, les boissons gazeuses, le bouillon de poulet et le jus de pomme ne devraient pas être utilisés à leur place puisqu'ils ne peuvent pas compenser pour la perte de sodium, de chlore et de potassium.

Depuis quelque temps, on suggère aussi d'offrir des probiotiques aux enfants qui ont la gastroentérite. Ces « bonnes bactéries » auraient un effet positif sur le système immunitaire de l'enfant, ce qui l'aiderait à lutter contre le virus en cause. On estime que l'utilisation des probiotiques peut réduire la durée de la diarrhée d'une journée. Les médicaments contre la diarrhée sont toutefois à éviter puisqu'ils ralentissent l'expulsion du virus.

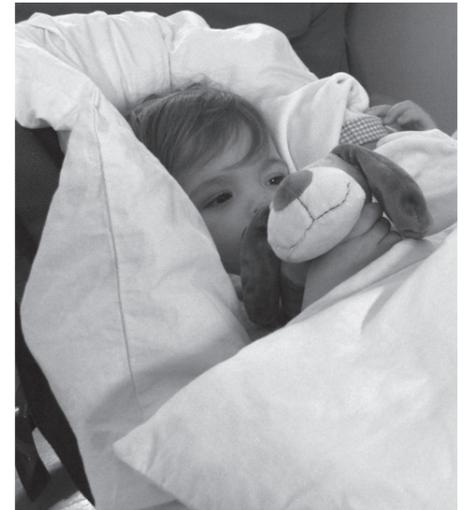


Photo : flickr.com/photos/spigoo/

Enfin, pour prévenir la gastroentérite, la meilleure méthode est, bien sûr, de se laver les mains fréquemment. Bien que cette pratique soit peu efficace contre les rotavirus en particulier, elle diminuerait quand même par 31 % les infections intestinales. Une diminution qui est la bienvenue devant cette maladie si désagréable.

Médicaments en ligne : La prudence s'impose

Santé Canada

Une simple recherche sur Internet permet de trouver des centaines de sites Web qui vendent des médicaments. Certaines de ces pharmacies sur Internet sont légitimes, mais bon nombre offrent des produits qui sont tout simplement dangereux.

Certains vendent des médicaments qui ne sont pas homologués au Canada en raison de préoccupations concernant leur innocuité. D'autres se servent des gens qui sont désespérément à la recherche de soulagement en offrant des médicaments soi-disant miracles pour des maladies graves comme le cancer.

Bon nombre offrent des médicaments d'ordonnance en fonction des réponses à un questionnaire en ligne. Ces sites vous disent qu'ils vous évitent de vivre des situations embarrassantes de parler avec votre docteur au sujet de certains médicaments d'ordonnance, tels que le Viagra, ou des médicaments qui préviennent la perte de cheveux ou favorisent la perte de poids. Elles ne vous disent toutefois pas que c'est dangereux de prendre des

médicaments sans avoir eu d'examen ou être suivi par un professionnel de la santé pour s'assurer que le médicament vous aide.

Risques associés à l'achat de médicaments en ligne

L'achat de médicaments de pharmacies sur Internet qui ne donnent pas d'adresse postale ni de numéro de téléphone peut représenter un risque grave pour la santé. Vous n'avez aucun moyen de savoir où ces entreprises sont situées, où elles obtiennent leurs médicaments, ce que contiennent leurs médicaments et comment les joindre s'il y a un problème.

Si vous commandez d'un de ces sites, vous recevrez peut-être des contrefaçons de médicaments ne contenant aucun ingrédient actif, des médicaments contenant de mauvais ingrédients ou des additifs dangereux ou des médicaments périmés. Même si ces médicaments ne sont pas nocifs directement ou immédiatement, votre état pourrait se détériorer en raison de l'absence d'un traitement efficace.

Si vous commandez des médicaments d'ordonnance sans examen ni suivi d'un professionnel de la santé, vous pouvez avoir obtenu un mauvais diagnostic et ne pas obtenir le traitement adéquat qui pourrait vous aider. Vous pourriez également vous exposer à un risque d'interactions médicamenteuses ou d'effets secondaires nocifs qu'un professionnel de la santé compétent pourrait mieux prévoir.

L'achat de médicaments sur Internet peut aussi représenter des risques financiers. Dans certains cas, le produit peut ne pas être expédié ou s'il est en provenance de l'étranger, il pourrait être retenu à la frontière par les autorités canadiennes.

Réduire les risques

Ne prenez aucun médicament d'ordonnance s'il ne vous a pas été prescrit par un professionnel de la santé qui vous a examiné en personne.

Informez votre médecin et votre pharmacien de tous les produits de santé que vous prenez, y compris des vitamines et des produits de santé naturels, ainsi que tout médicament d'ordonnance et en vente libre. Ils ont besoin de cette information pour évaluer les effets secondaires possibles et les interactions médicamenteuses et vous conseiller.

Si vous décidez de commander des médicaments en ligne, ne faites pas affaire avec un site Web qui :

- refuse de vous donner une adresse postale, un numéro de téléphone et un moyen pour communiquer avec un pharmacien ;
- offre des médicaments d'ordonnance, sans ordonnance, ou offre de vous donner une ordonnance en fonction de vos réponses à un questionnaire en ligne ;

- prétend avoir un traitement miracle pour un trouble grave de santé ; ou
- vend des produits qui n'ont pas un DIN émis par Santé Canada. Il s'agit d'un numéro d'identification (DIN), composé de huit chiffres. Il vous assure que Santé Canada a évalué le médicament et a établi qu'il peut être consommé en toute sécurité et qu'il est efficace si on respecte les directives sur l'étiquette. Il permet également de surveiller les effets indésirables.
- Assurez-vous de bien répondre à un site Web canadien, qui est associé avec une vraie pharmacie.

Un certain nombre de pharmacies au Canada ont des sites Web légitimes qui offrent une gamme limitée de produits et de services, notamment de l'information aux consommateurs. Certaines offrent, par exemple, de renouveler ligne vos prescriptions. Vous pouvez le faire sans crainte avec des établissements que vous connaissez.

Exemple d'un site illégal de vente de médicaments en ligne. Malgré sa version française et son adresse Internet qui inclut le mot Canada, ce site affiche un numéro de téléphone aux États-Unis.

Cette page est commanditée par le Réseau santé en français Terre-Neuve-et-Labrador, une initiative de la Fédération des francophones de Terre-Neuve et du Labrador.

Parce que la SANTÉ, c'est aussi une question de langue... le Réseau santé en français de Terre-Neuve-et-Labrador rassemble les principaux acteurs du système de santé autour d'un objectif global : favoriser l'obtention des services de soins de santé en français pour la communauté francophone et acadienne de Terre-Neuve-et-Labrador.