

21. Soigner « Avale tes gélules ! »

« - Non ! Demain c'est lundi et il y a école ! Tu dois avoir ton quota de sommeil ! Surtout pour entamer ta semaine. Donc pas de télé, tu vas te coucher ! Il est déjà 20h50 ! A ton âge, tu devrais dormir entre 9h et 12h par nuit ! C'est pendant ton sommeil que ton corps se régénère et c'est comme ça que tu amélioreras ton attention et ta mémoire ». Et patati et patata... Et demain matin, j'aurai droit au discours sur l'importance du petit-déjeuner, « le repas le plus important de la journée » ...

Est-ce qu'il n'y a que mes parents qui tiennent ce genre de discours ? Peut-être que vous entendez aussi des sermons sur l'importance de travailler à l'école en vue d'un bel avenir... Moi, je subis TOUS les discours ! Celui sur le dodo, j'y ai droit TOUS les soirs, depuis que je suis née ! « Il faut se coucher tôt ! ». Mais expliquez la logique quand ils vous disent que vous devez vous coucher tôt mais que vous pouvez bouquiner, sans limite d'heure ! Donc je peux passer ma soirée avec un livre mais pas avec un écran... Tous ces principes m'assomment. A cause de mes parents, je passe à côté d'un tas de choses et, à l'école, je me sens souvent exclue quand les copains parlent du super film qu'ils ont vu la veille.

Alors, depuis quelques mois, j'ai trouvé un stratagème : le soir, quand mes parents pensent que je me suis gentiment

la chambre à coucher de ma sœur.

Elle fait ses études à l'université et elle est souvent absente. Je m'installe confortablement dans son grand lit 2 places et à moi la télécommande ! Je zappe, j'adore zapper !

Ce dimanche, il y a une comédie française sur TF1, Le Flic de Belleville avec Omar Sy. Le film tarde à commencer... Je zappe. Je tombe sur M6. L'émission Capital a déjà commencé. Je déteste les documentaires à la télé, c'est trop sérieux (mes parents regardent certainement ça dans le salon...). Le thème de l'émission apparaît en bas de l'écran : « Médicaments, e-commerce, chaussures : révélations sur un gaspillage révoltant ». Julien Courbet explicite le thème. Bizarrement, ça m'intéresse... Je vois des images choc : des gélules dans une poubelle, des boîtes de médicaments entières se dirigeant vers l'incinérateur... J'entends des chiffres qui me choquent...

Près d'un milliard d'euros de médicaments ou de produits d'hygiène invendus sont jetés chaque année en France par les pharmacies, grossistes et industriels ??? Ça donne le vertige, surtout quand on sait que beaucoup de ce qui part à la poubelle n'est pas encore périmé ! Normal de jeter un médicament de chimiothérapie à 13.000 euros la boîte ? 50.000.000 de médicaments détruits chaque année par les hôpitaux, ça ne choque personne ?

Demain, au réveil, je dirai à mes parents à quel gâchis économique, écologique et social j'ai assisté ! Je leur raconterai le drame que j'ai vécu dans la chambre de ma sœur ! Et je leur parlerai de ma nuit blanche à cogiter ! Dire qu'ils voulaient m'empêcher de regarder la télé ! C'est comme s'ils étaient complices ! »

Connecter les professionnels de santé

Les chiffres en matière de gaspillage de médicaments et produits pharmaceutiques donnent le vertige. Les raisons sont multiples et on peut pointer du doigt plusieurs responsables.

* Les laboratoires qui produisent ne peuvent ajuster leur production selon les besoins. Pour éviter les ruptures de stock, ils doivent produire énormément. Ils font des contrats avec les pharmaciens qui ne sont jamais réajustés. Si le pharmacien a par

« La maladie ne se guérit point en prononçant le nom du médicament mais en prenant le médicament. »

Thomas de Sankara
Homme politique et militaire
1949-1987

exemple un contrat de 2000 boîtes de Daphalgan pour 3 mois, mais que 3200 boîtes lui sont nécessaires, il ne peut pas commander le chiffre exact. Son contrat l'oblige à prendre 4000 boîtes. Ce sont 800 boîtes de Daphalgan qui lui resteront sur les bras. Des pharmaciens témoignent par ailleurs qu'ils sont par ailleurs contraints par les laboratoires d'acheter des produits en lots (lait en poudre pour bébé par exemple) pour pouvoir bénéficier d'une marge à la vente. Conséquence :

ils se retrouvent bien souvent avec des quantités démesurées de stock.

* Les pharmaciens et grossistes qui se retrouvent avec des invendus finissent par les jeter ou les détruire, y compris des produits qui n'ont pas atteint leur date limite de consommation. Aucune législation ne les y oblige mais, financièrement, ils sont plus gagnants à détruire qu'à revendre ou donner car ils peuvent déclarer leurs pertes aux impôts.

* Les pharmaciens ne peuvent pas récupérer des médicaments sortis de leur pharmacie. Le retour de médicaments à la pharmacie leur impose leur destruction. En effet,

tout médicament qui a été délivré à un patient et qui a quitté la pharmacie ne peut pas être réutilisé par un autre patient, et ce même si le produit n'a jamais été ouvert. Cette précaution s'explique par le fait qu'il est impossible de garantir l'intégrité du produit, en raison des conditions de stockage et d'un risque potentiel d'altération. Certains produits peuvent être endommagés de manière non intentionnelle s'ils sont exposés à la lumière, à la chaleur ou à l'humidité. Ces conditions naturelles peuvent modifier l'efficacité du médicament.

* Les gens peuvent gaspiller les médicaments qu'on leur a prescrits et

délivrés. Voici ce qui peut amener un patient à ne pas utiliser un médicament : non-respect de la posologie (mauvais dosage ou intervalles irréguliers), arrêt d'un traitement médical en raison des effets secondaires désagréables par exemple, échec du suivi complet du traitement, changement du statut du patient, accumulation de médicaments par des patients demandant un renouvellement de leur ordonnance alors qu'ils

« Ecoute ton docteur ! Finis ton traitement jusqu'au bout ! Avale tes gélules ! »

n'en ont pas besoin.

Comment aider réduire le gaspillage de médicaments ?

Il n'est pas possible de prévenir à 100% le déchet des médicaments mais, à tous les niveaux, on peut faire des efforts.

* Les autorités doivent officiellement prendre conscience du problème et faire avancer les choses. Il faudrait légiférer à propos de la surproduction des laboratoires. Il faudrait interdire l'élimination des invendus neufs comme les produits d'hygiène et de puériculture en faisant des dons à des associations de lutte contre la précarité. Le

Secours Populaire manque de denrées... Certains pays pauvres (Burundi, Ethiopie etc.) ou pays dans le besoin (Belgique) pourraient devenir destinataires des produits invendus.

* Les pharmaciens pourraient fidéliser leurs clients en leur faisant cadeau de produits de parapharmacie retirés des rayons au lieu de les jeter...

* Les médicaments pourraient être prescrits à l'unité (surtout pour les antibiotiques). Après tout, c'est ce que font les vétérinaires... Et cela existe déjà dans de nombreux pays comme le Royaume-Uni ou les Etats-Unis.

* Les médecins devraient être sensibilisés pour pouvoir sensibiliser eux-mêmes leurs patients.

* Les professionnels de santé devraient tous être inscrits sur des plateformes de troc, afin de pouvoir écouler leur stock d'invendus ou compléter leur stock en profitant de prix au rabais.

Les médocs, ça se troque !

* Chacun de nous pourrait solliciter des médicaments sous ordonnance uniquement, en cas de réel besoin. Il faudrait que nous évitions de stocker des médicaments. Avant de quitter la pharmacie, il

faudrait bien vérifier qu'il n'y a pas eu d'erreur ni d'oubli.

* Il faudrait systématiquement penser à rapporter en pharmacie nos médicaments non utilisés (périmés ou non). Des associations comme Cyclamed se chargent de les collecter et de sécuriser leur élimination dans un double but : préserver l'environnement et la santé publique ! Les médicaments non utilisés ne doivent surtout pas être jetés dans la poubelle d'ordures ménagères car elles pourraient être fouillées par des tiers (personne ou animaux) ; ils doivent encore moins être jetés dans l'évier ou dans les

toilettes, sous peine de contaminer les sols et les rivières car ils contiennent des principes actifs qui peuvent avoir des effets secondaires sur l'ensemble de l'écosystème.



* **La plateforme collaborative MaPui Labs** permet aux pharmacies hospitalières de s'échanger les médicaments. Chacune peut y mettre à disposition les médicaments dont elle n'a plus l'utilité de façon sécurisée afin que d'autres puissent les réserver. Les médicaments sont ensuite envoyés au destinataire en 24h via Chronopost santé. Goulwen Lorcy, ingénieur en informatique à Rennes et Antoine Fouéré, pharmacien au centre hospitalier de Saint-Malo, ont eu la bonne idée de lutter contre le gaspillage des médicaments grâce à leur startup qui favorise les échanges de médicaments coûteux arrivant à péremption entre les pharmacies à usage intérieur (Pui) : « De plus en plus de traitements sont très onéreux. Jusqu'alors nous n'avions pas de solution lorsqu'ils nous restaient sur les bras après le transfert ou le décès d'un patient. Il faut en effet compter plusieurs milliers d'euros pour certains anticancéreux, antidotes ou médicaments orphelins. »

Les actions de MaPui Labs sont nombreuses :

- optimiser la coordination entre pharmacies hospitalières par un suivi des demandes de prêts de médicaments, dispositifs médicaux et préparations hospitalières
- communiquer des données de stocks et consommations journalières de médicaments classés prioritaires pour une gestion optimisée des dotations de l'état sur le territoire.

Une centaine d'hôpitaux font aujourd'hui appel aux services de MaPui Labs contre un abonnement compris entre 1000 et 15.000 euros. Gagnant-gagnant : on réduit le gaspillage des médicaments et les hôpitaux font des économies.

* **Le Comptoir des Pharmacies** est la plateforme dédiée aux pharmaciens, qui leur permet de se mettre en relation et de se proposer leurs invendus à des prix bradés. Le logiciel inventé par Charles Romier et Ivan Mittler permet aux pharmaciens de booster leur trésorerie en déstockant leurs invendus et/ ou en achetant à des confrères avec les meilleures remises, sans condition ni volume



NE CHANGE JAMAIS !

Tu as raison de désobéir à tes parents
quand il s'agit de sauver le monde !
Regarder la télé en cachette n'est pas si
grave !
Brave les interdits ! Suis ton intuition !
Et passe le message à ton voisin !