



## Parlez de vos médicaments à votre médecin

Un bon nombre des ennuis de santé peuvent être provoqués, favorisés ou déformés par les médicaments. Ainsi, par exemple, en faisant l'inventaire des publications médicales décrivant les causes des hypoglycémies (manque de sucre dans le sang), des médecins américains ont recensé 164 médicaments capables de provoquer des malaises ou des comas hypoglycémiques. De la même façon, beaucoup de médicaments peuvent faire chuter momentanément la tension artérielle ; d'autres peuvent provoquer des vertiges ou des chutes.

D'une façon générale, chaque fois qu'on subit un ennui de santé, il peut s'agir d'un « effet indésirable » médicamenteux.

Pour aider votre médecin traitant à faire la part des choses entre maladie et effet néfaste d'un traitement, il faut lui donner la liste des médicaments que vous prenez régulièrement ou occasionnellement. Certains de ces médicaments peuvent être vendus directement sans ordonnance. Pensez à inclure dans votre liste médicamenteuse les produits achetés sans prescription en pharmacie, en grande surface ou ailleurs (sur internet, etc.). La mise à jour de cette liste peut vous sembler fastidieuse mais elle peut rendre service à ceux qui vous soignent et améliorer la qualité de leur travail.

Source : Open Rome



### Le Bico du doc

## Sérieux

Mot simple d'un usage délicat en médecine. Ainsi, la semaine dernière, le « doc » donnait un conseil : « Sucre dans les urines pendant la grossesse : prenez au sérieux ce « diabète gestationnel » ! Les pessimistes comprennent « je suis en train de devenir diabétique, il faut que je consulte un spécialiste à l'hôpital sans attendre. » Les optimistes laissent ce message dans un coin de leur mémoire et finissent par l'oublier. Les deux ont à la fois tort et raison.

Le « diabète gestationnel » est un signal qui révèle un terrain favorable au diabète, maladie qui n'apparaîtra pas avant plusieurs années voire plusieurs dizaines d'années, s'il apparaît. Il n'y a donc aucune urgence. En revanche, il est possible d'enrayer les mécanismes qui peuvent provoquer, à la longue, l'apparition du diabète. Habituellement il suffit pour cela de modifier un peu ses habitudes, de se nourrir différemment et, surtout, de faire davantage d'exercice physique (marcher plus, monter les escaliers à pied, etc.).

Etre sérieux, c'est mettre en œuvre cette prévention avec bon sens, sans panique, mais sans attendre la cinquantaine. « Sérieux », un mot à consommer avec modération.

Source : Open Rome

### Météo antibio

#### Risques

- Grippe                      sporadique
- Bronchiolite              faible
- Inf respiratoire          faible
- Gastro-entérite          faible
- allergies pollens        fort

Source : <http://www.grog.org>  
et <http://www.pollens.fr>

### Quelques virus et beaucoup de pollens

Selon le réseau des GROG, la grippe B circule encore et provoque des cas isolés dans quelques régions de France. Les vigies GROG signalent surtout des angines, des pathologies allergiques, des varicelles et une discrète recrudescence des bronchiolites, expliquée par la circulation concomitante de rhinovirus et de métapneumovirus.

Selon le RNSA, les pollens les plus actifs sont les suivants :

#### **Bouleau +++**

Ile-de-France, Centre, Rhône et au nord d'une ligne Bordeaux Grenoble

#### **Platane**

Aquitaine, Midi-Pyrénées, zone méditerranéenne

#### **Cyprès**

Languedoc-Roussillon, PACA

#### **Olivier**

Corse

Source : [www.pollens.fr](http://www.pollens.fr), [www.grog.org](http://www.grog.org)