

## « Très répandu » ne signifie pas forcément « vrai »

Quand une idée est largement admise, il est tentant de penser qu'elle est vraie ou qu'elle contient une grande part de vérité puisque tout le monde pense de même. Pourtant, le « bon sens populaire » peut se tromper ; avant de se fier à une idée répandue, mieux vaut se demander d'où elle vient et, surtout, chercher des preuves de son exactitude.

Ainsi, par exemple :

- **Froid et maladies infectieuses.** Il est largement admis que « prendre froid » expose à des infections respiratoires nasales, bronchiques ou pulmonaires. Tous les médecins savent que la plupart des infections respiratoires commencent par des frissons, qui donnent brutalement une impression de grand froid. Les frissons sont particulièrement forts en cas de pneumonie. En revanche, personne n'a réussi à prouver que le froid peut causer une infection respiratoire aigüe. Cette croyance, très enracinée dans notre culture, est probablement fausse.
- **Grossesse et prévention des fausses couches.** Peu après la seconde guerre mondiale, les gynécologues obstétriciens étaient presque tous convaincus que les fausses couches étaient dues à un manque d'hormone féminine. Pour éviter les fausses couches, ils ont prescrits massivement des hormones de synthèse (commercialisée en France sous les noms de Distilbène® et Stilboestrol Borne®). Hélas, il s'agissait d'une idée fautive (ce sont les fausses couches qui provoquent une baisse des hormones féminines et non l'inverse) qui a eu des conséquences dramatiques : les hormones de synthèse utilisées, sans effet sur la prévention des fausses couches, ont provoqué chez une partie des enfants des perturbations dans le développement de leurs organes sexuels et, parfois même, des cancers. « L'affaire Distilbène » a causé un énorme scandale sanitaire dans les pays développés et elle a, encore aujourd'hui, des conséquences importantes.

Sources : Open Rome et « D.E.S., Distilbène® et Stilboestrol Borne® Guide pratique 2008. » Réseau DES France éditeur.

## Le Dico du doc



### EBM



EBM, abréviation pour *Evidence Based Medicine* (décision médicale fondée sur des preuves), promue depuis les années 1950 pour lutter contre le dogmatisme médical fondé sur des impressions, des idées fausses et... la pression de l'industrie pharmaceutique.

L'EBM conduit, par exemple, à refuser de prescrire des traitements dont l'efficacité n'a pas été prouvée par des essais cliniques comparant le médicament (ou le vaccin) à un placebo ou à un autre produit.

L'EBM a permis de bousculer les dogmes, mais en est devenue un elle-même. A force de ne prescrire que des produits, même d'efficacité modeste, sélectionnés par des essais cliniques (« haut niveau de preuve »), les médecins rejettent des médicaments dont la forte efficacité n'est que probable (« faible niveau de preuve »).

Lors d'une audition au Haut Conseil de la Santé Publique, un virologue a pris l'exemple suivant : aucun essai clinique comparatif ne prouve l'efficacité du parachute. Si on se limite à la seule EBM, l'absence de preuve ferait interdire le saut en parachute.

Source : Open Rome, avec l'aide du Pr S. van der Werf (I. Pasteur, Paris)

## Météo antibio

### Risques

- Grippe très faible
- Bronchiolite très faible
- Inf respiratoire faible
- Gastro-entérite faible
- Allergies pollens moyen

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

### Pollens : graminées +++



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