

PARACÉTAMOL

LE Bon usage

Par Hervé Rouvel
Docteur en Pharmacie

Un mal de tête, des frissons, une douleur et un geste salvateur : la prise de paracétamol. Nous sommes peu à ne pas recourir à ce médicament reconnu (peut-être un peu trop), apparemment sans risque.

Une histoire ancienne

Le paracétamol a été commercialisé en 1955 aux États-Unis et en 1957 en France. Il a été découvert dans les urines (B.B.Brodie, F.B.Flinn et A.E.Axelrod) après la prise d'un autre antalgique (phénacétine).

L'exceptionnel profil de tolérance du paracétamol (ou acétaminophène) en a fait le succès, une fois commercialisé. Le paracétamol est le premier médicament vendu en France en de telles quantités qu'il est aussi le premier médicament en chiffre d'affaires.

Une molécule encore bien mystérieuse

Le mode d'action du paracétamol est encore inconnu 60 ans après sa commercialisation. Trois hypothèses coexistent à ce jour, mais aucune n'a totalement fait ses preuves. Les anglo-saxons le classent avec les anti-inflammatoires comme l'aspirine ou l'ibuprofène, bien que cet effet n'apparaisse qu'à des doses trop élevées pour qu'il puisse être utilisé en thérapeutique.

Son lieu d'action a été longtemps considéré comme périphérique, c'est-à-dire hors du cerveau. De nombreux travaux ont démontré le contraire, puisque le paracétamol a vraisemblablement une action centrale, c'est-à-dire au niveau du cerveau.

De plus en plus d'effets indésirables potentiels

Il est évident que l'excellent profil de tolérance du paracétamol intrigue les chercheurs. De nombreuses études ont tenté de démontrer les effets négatifs de la prise régulière de paracétamol. Seule une relative augmentation du risque hémorragique des patients sous anti-vitamine K (médicament destiné à fluidifier le sang) a été démontrée lors d'une prise de 4 grammes pendant plusieurs jours. On étudie encore les effets cardiaques ou gastriques du

paracétamol sans que des preuves irréfutables puissent être apportées. Dans tous les cas, le paracétamol reste bien mieux toléré que la plupart des médicaments.

Bien toléré, mais pourtant...

Comme tout médicament le paracétamol peut être toxique à très forte dose. Cette toxicité peut même être mortelle en cas d'ingestion massive volontaire ou non. Le nombre de comprimés limités par boîte est un moyen de limiter ce risque. Ce dernier reste toujours important lors d'une ingestion de plusieurs comprimés par un enfant. Il est toujours nécessaire de rappeler que tout médicament doit être mis à l'abri des enfants.

Cette toxicité est majorée pour certaines personnes : poids de moins de 50 kilos; en état de dénutrition; souffrant d'un abus d'alcool chronique; insuffisant hépatique ou rénal. Il faut donc pour celles-ci limiter la dose journalière à 3 grammes voire moins. L'ingestion massive accidentelle ou volontaire est une urgence. L'appel du 15 doit être immédiat. Les signes de l'intoxication apparaissent trop tard, alors que leurs effets sont déjà particulièrement graves.

LE PARACÉTAMOL EN TOUTE TRANQUILLITÉ :

- » Ne pas dépasser 3 grammes par jour sans avis médical.
- » Préférez le dosage 500 mg à celui de 1 gramme.
- » Utilisez la dose efficace (un seul comprimé de 500 mg peut suffire).
- » L'absence ou la moindre efficacité ou la prise de 3 grammes par jour sur deux à trois jours doit vous amener à consulter.