

Se soigner soi-même

Maux de tête, douleurs musculaires, troubles digestifs, rhume, toux... pour certains malaises occasionnels, on n'a pas toujours besoin de voir un médecin. On se tourne alors vers la pharmacie et les médicaments sans ordonnance, qu'on appelle aussi « médicaments en vente libre ».

Choisir le bon médicament

Ces médicaments sont situés à proximité du comptoir d'ordonnances, ce qui nous donne facilement accès au pharmacien. Il ne faut pas hésiter à lui demander conseil pour choisir le médicament qui convient le mieux à notre condition.

Avant de prendre un médicament, il faut en connaître les effets secondaires et les contre-indications. Par exemple, saviez-vous que certains antiacides diminuent l'efficacité de certains antibiotiques? Ou que certains médicaments pour le rhume et la toux ne conviennent pas aux personnes souffrant d'hypertension ou de diabète?

Connaître le bon usage

Le pharmacien peut aussi nous renseigner sur les façons d'optimiser l'effet des médicaments sous ordonnance ou en vente libre.

Les médicaments : s'il le faut... comme il le faut!

Pour en savoir plus sur les médicaments, ne manquez pas les chroniques « Savoir mieux vivre », du lundi au vendredi à *Salut, Bonjour!* et au *TVA Réseau*, à 22 h ou consultez le site : www.msss.gouv.qc.ca