



# ARRÊTER MON MÉDICAMENT INHIBITEUR DE LA POMPE À PROTONS (IPP), C'EST POSSIBLE !

FICHE PATIENT

Lequel ?	<input type="checkbox"/> Pantoprazole	<input type="checkbox"/> Lansoprazole	<input type="checkbox"/> Oméprazole	<input type="checkbox"/> Esoméprazole	<input type="checkbox"/> Rabéprazole
	Eupantol® Inipomp® Pantozol Control® et génériques	Lanzor® Ogast® et génériques	Mopral® Zoltum® et génériques	Inexium® et génériques	Pariet® et génériques
Pour quoi ? 	<input type="checkbox"/> Traitement du Reflux gastro-œsophagien (RGO) et de l'œsophagite par reflux <input type="checkbox"/> Prévention et traitement des lésions gastroduodénales dues aux Anti-Inflammatoires Non Stéroïdiens (AINS) chez les patients à risque <input type="checkbox"/> Éradication d' <i>Helicobacter pylori</i> et traitement des ulcères gastroduodénaux <input type="checkbox"/> Autre indication moins fréquente : _____ <input type="checkbox"/> Je ne sais pas				



## QUIZ

Je prends un IPP :  sur prescription depuis plusieurs mois.  
 de ma propre initiative régulièrement.

- Si vous avez coché une des affirmations ci-dessus, parlez-en avec votre médecin ou pharmacien.
- La prescription d'IPP doit le plus souvent être limitée dans le temps. Seules certaines situations justifient une durée de traitement supérieure à 8 semaines.
- L'automédication doit être de courte durée. Si les symptômes persistent, parlez-en avec votre médecin ou pharmacien.



## POUR LIMITER LE RISQUE D'ACIDITÉ GASTRIQUE, JE DOIS :

- ✓ Eviter les aliments et boissons **acides et gazeuses** (ex : agrumes, tomates, sodas, café)
  - ✓ Eviter les aliments **trop sucrés** (ex : miel, bonbons)
  - ✓ Eviter les repas **trop gras et trop copieux**
  - ✓ Eviter l'**alcool** et le **tabac**
  - ✓ Manger **au calme**, à **heure fixe et régulièrement**
  - ✓ Manger plus de **fibres** (ex : fruits, légumes verts)
  - ✓ **Ne pas m'allonger** dans les 30 minutes suivant le repas
  - ✓ En cas de surcharge pondérale, perdre du poids si possible
- Si les symptômes persistent, des traitements symptomatiques peuvent être utilisés.  
Demandez conseil à votre médecin ou pharmacien.*



## SI J'ARRÊTE, J'AI :

- **1 médicament en moins** à prendre par jour
- Une **diminution du risque d'effets néfastes** à long terme :



Fragilité des os



Manque en magnésium, sodium et vitamine B12



Inflammation des reins



Cancers de l'estomac ou de l'œsophage



Infections pulmonaires et gastro-intestinales

- Une **diminution des interactions** avec d'autres médicaments (ex : citalopram (Seropram® et génériques), clopidogrel (Plavix® et génériques))
- Une **diminution du risque d'addiction** au traitement



## MAIS JE PEUX RENCONTRER CES EFFETS TEMPORAIRES :

- Possible **augmentation de l'acidité** de l'estomac à l'arrêt
    - peut être **SOULAGÉ** en suivant des règles simples (voir devant)
  - Possible **sensation de manque** à l'arrêt du traitement
- Ces effets sont **temporaires**, ils vont disparaître rapidement.
- **VOTRE TRAITEMENT PEUT ÊTRE ARRÊTÉ PROGRESSIVEMENT AFIN DE LIMITER CES EFFETS.**

## LES IPP, CE N'EST PAS POUR L'ÉTERNITÉ



# ARRÊTER MON MÉDICAMENT INHIBITEUR DE LA POMPE À PROTONS (IPP), C'EST POSSIBLE !

FICHE PATIENT

Lequel ?	<input type="checkbox"/> Pantoprazole	<input type="checkbox"/> Lansoprazole	<input type="checkbox"/> Oméprazole	<input type="checkbox"/> Esoméprazole	<input type="checkbox"/> Rabéprazole
	Eupantol® Inipomp® Pantozol Control® et génériques	Lanzor® Ogast® et génériques	Mopral® Zoltum® et génériques	Inexium® et génériques	Pariet® et génériques
Pour quoi ? 	<input type="checkbox"/> Traitement du Reflux gastro-œsophagien (RGO) et de l'œsophagite par reflux <input type="checkbox"/> Prévention et traitement des lésions gastroduodénales dues aux Anti-Inflammatoires Non Stéroïdiens (AINS) chez les patients à risque <input type="checkbox"/> Éradication d' <i>Helicobacter pylori</i> et traitement des ulcères gastroduodénaux <input type="checkbox"/> Autre indication moins fréquente : _____ <input type="checkbox"/> Je ne sais pas				



## QUIZ

Je prends un IPP :  sur prescription depuis plusieurs mois.  
 de ma propre initiative régulièrement.

- Si vous avez coché une des affirmations ci-dessus, parlez-en avec votre médecin ou pharmacien.
- La prescription d'IPP doit le plus souvent être limitée dans le temps. Seules certaines situations justifient une durée de traitement supérieure à 8 semaines.
- L'automédication doit être de courte durée. Si les symptômes persistent, parlez-en avec votre médecin ou pharmacien.



## POUR LIMITER LE RISQUE D'ACIDITÉ GASTRIQUE, JE DOIS :

- ✓ Eviter les aliments et boissons **acides et gazeuses** (ex : agrumes, tomates, sodas, café)
  - ✓ Eviter les aliments **trop sucrés** (ex : miel, bonbons)
  - ✓ Eviter les repas **trop gras et trop copieux**
  - ✓ Eviter l'**alcool** et le **tabac**
  - ✓ Manger **au calme**, à **heure fixe et régulièrement**
  - ✓ Manger plus de **fibres** (ex : fruits, légumes verts)
  - ✓ **Ne pas m'allonger** dans les 30 minutes suivant le repas
  - ✓ En cas de surcharge pondérale, perdre du poids si possible
- Si les symptômes persistent, des traitements symptomatiques peuvent être utilisés.  
Demandez conseil à votre médecin ou pharmacien.*



## SI J'ARRÊTE, J'AI :

- **1 médicament en moins** à prendre par jour
- Une **diminution du risque d'effets néfastes** à long terme :



Fragilité des os



Manque en magnésium, sodium et vitamine B12



Inflammation des reins



Cancers de l'estomac ou de l'œsophage



Infections pulmonaires et gastro-intestinales

- Une **diminution des interactions** avec d'autres médicaments (ex : citalopram (Seropram® et génériques), clopidogrel (Plavix® et génériques))
- Une **diminution du risque d'addiction** au traitement



## MAIS JE PEUX RENCONTRER CES EFFETS TEMPORAIRES :

- Possible **augmentation de l'acidité** de l'estomac à l'arrêt
    - peut être **SOULAGÉ** en suivant des règles simples (voir devant)
  - Possible **sensation de manque** à l'arrêt du traitement
- Ces effets sont **temporaires**, ils vont disparaître rapidement.
- **VOTRE TRAITEMENT PEUT ÊTRE ARRÊTÉ PROGRESSIVEMENT AFIN DE LIMITER CES EFFETS.**

## LES IPP, CE N'EST PAS POUR L'ÉTERNITÉ