

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

Pendant combien de temps dois – je prendre mon IPP ?

Comment bien prendre mon médicament IPP ?



## QUIZ


Je prends un IPP (= anti ulcéreux – inhibiteur de la pompe à protons)

- Sur prescription depuis plusieurs mois
- De ma propre initiative et régulièrement

Si vous avez coché une des affirmations ci - dessus, il est important d'en parler à votre médecin ou votre pharmacien.



## COMMENT BIEN PRENDRE MON IPP ?

Lequel ?	Pantoprazole	Lansoprazole	Oméprazole	Esoméprazole	Rabéprazole
	Eupantol® Inipomp® Pantozol Control® et génériques	Lanzor® Ogast® et génériques	Mopral® Zoltum® et génériques	Inexium® et génériques	Pariet® et génériques
Pour quoi ? 	Diminuer l'acidité de l'estomac				
Quand ? 	Le matin, avant le repas				
	Toujours à la même heure				
Comment ? 	Sans croquer ni écraser ni mâcher				
	Avec un peu d'eau plate				

Ne **pas retirer** les médicaments de l'emballage à l'avance car ils sont sensibles à l'humidité

En cas de doute, se référer à la notice du médicament ou aux conseils du médecin ou du pharmacien.

Si vous n'arrivez pas à avaler vos médicaments, demandez à votre médecin ou votre pharmacien de vous proposer une solution adaptée.

**Respectez la durée prescrite !**



Ce traitement vous est prescrit pour une durée limitée et son efficacité sera régulièrement évaluée par votre médecin.



## LES IPP ET L'AUTOMEDICATION

La gamme conseil de ces médicaments inhibiteurs de la pompe à protons peut être obtenue dans les pharmacies d'officine.

Une prise prolongée de ces médicaments n'est pas recommandée. Si vos symptômes persistent, il est préférable de demander conseil à votre médecin ou à votre pharmacien.

En suivant quelques **règles hygiéno – diététiques**, il est possible de **réduire l'acidité gastrique**.

Pour limiter le risque d'acidité gastrique :

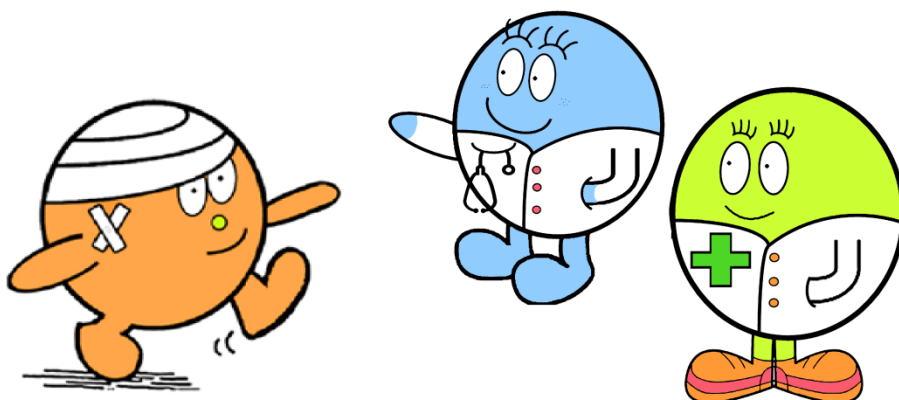
- ✓ Eviter les aliments et boissons **acides et gazeuses** (ex: agrumes, tomates, sodas, café)
- ✓ Eviter les aliments **trop sucrés** (ex: miel, bonbons)
- ✓ Eviter les repas **trop gras** et **trop copieux**
  
- ✓ Manger **au calme**, à **heure fixe et régulièrement**
- ✓ Manger plus de **fibres** (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

**LES IPP, CE N'EST PAS POUR L'ETERNITE !!**

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

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.

*Parlez – en à votre médecin ou à votre pharmacien.*



Si vous souhaitez en découvrir davantage sur les IPP, les fiches « *Votre médecin vous a prescrit un médicament inhibiteur de la pompe à protons (IPP)* » et « *Arrêter mon médicament inhibiteur de la pompe à protons (IPP), c'est possible !* » sont disponibles sur le site internet : <http://www.omedit-centre.fr/>