

# VOUS AVEZ UN RHUME ?

## Informations importantes à connaître avant de prendre un médicament contenant de la pseudoéphédrine (vasoconstricteur) par voie orale

### Médicaments concernés

- ◆ Actifed Rhume
- ◆ Actifed Rhume jour et nuit
- ◆ Dolirhume Paracétamol et Pseudoéphédrine
- ◆ Dolirhumepro Paracétamol Pseudoéphédrine et Doxylamine
- ◆ Humex Rhume
- ◆ Nurofen Rhume
- ◆ Rhinadvil Rhume Ibuprofène/ Pseudoéphédrine
- ◆ Rhinadvilcaps Rhume Ibuprofène/ Pseudoéphédrine

Ce document est diffusé par les laboratoires commercialisant des médicaments contenant de la pseudoéphédrine sous l'autorité de l'ANSM

Décembre 2024



## Le rhume guérit spontanément en 7 à 10 jours SANS TRAITEMENT



### QUE FAIRE POUR AMÉLIORER VOTRE CONFORT ?

- ✓ **Humidifiez l'intérieur de votre nez** avec des solutions de lavage adaptées: sérum physiologique, sprays d'eau thermale ou d'eau de mer...
  - ✓ **Buvez suffisamment**
  - ✓ **Dormez la tête surélevée**
  - ✓ **Veillez à maintenir une atmosphère fraîche** (18-20°C) et aérez régulièrement les pièces
- À éviter :**
- ✓ les climatiseurs qui déshumidifient l'air et assèchent les muqueuses nasales,
  - ✓ fumer et respirer la fumée des autres

### LES GESTES BARRIERES POUR PROTEGER VOTRE ENTOURAGE ET EVITER LES RECHUTES

- ✓ **Lavez-vous les mains** régulièrement
- ✓ Utilisez un **mouchoir à usage unique**
- ✓ Toussez et éternuez dans votre coude
- ✓ Portez un **masque jetable** lorsque vous êtes malade

**Si ces gestes n'améliorent pas vos symptômes, demandez conseil à votre pharmacien ou à votre médecin avant de prendre un médicament.**

# Informations importantes à connaître avant de prendre un médicament contenant de la pseudoéphédrine (vasoconstricteur) par voie orale

Un vasoconstricteur est un médicament qui vise à décongestionner le nez. Il est souvent associé à un antalgique (substance qui calme la douleur - paracétamol, ibuprofène).



## LES VASOCONSTRICTEURS EXPOSENT AUX RISQUES SUIVANTS

- ◆ **Accident Vasculaire Cérébral (AVC)** : déformation de la bouche, faiblesse d'un côté du corps, bras ou jambe, troubles de la parole, troubles de l'équilibre, maux de tête intenses ou baisse de la vision
- ◆ **Troubles cardiaques tels qu'infarctus du myocarde** : douleur thoracique comme un étau qui peut s'étendre dans les mâchoires, le bras gauche ou les 2 bras et le dos, pâleur, malaise, sueurs, essoufflement, nausées, angoisse, fatigue inexplicquée
- ◆ **Tension artérielle élevée**
- ◆ **Convulsions**
- ◆ **Syndrome d'Encéphalopathie Postérieure Réversible (PRES) et Syndrome de Vasoconstriction Cérébrale Réversible (RCVS)** : céphalée sévère et d'apparition soudaine, nausée, vomissement, confusion, convulsions, troubles de la vision
- ◆ **Troubles psychiatriques** : anxiété, agitation, troubles du comportement, hallucinations, insomnie, symptômes maniaques
- ◆ **Inflammation du côlon** pouvant causer des selles sanglantes (colite ischémique)
- ◆ **Réactions cutanées graves** : rougeur de la peau se généralisant à tout le corps, associée à des pustules et pouvant être accompagnée de fièvre
- ◆ **Altération soudaine de la vue** due à une diminution du flux sanguin au niveau des yeux (neuropathie optique ischémique)

**Ces effets indésirables sont susceptibles d'apparaître chez des patients sans facteur de risque ni antécédent médical, quelles que soient la dose et la durée du traitement**

**SI VOUS RESSENTEZ L'UN DE CES EFFETS INDÉSIRABLES,  
ARRÊTEZ VOTRE TRAITEMENT  
ET CONTACTEZ IMMÉDIATEMENT UN MÉDECIN**

## VOTRE MEDECIN VOUS A PRESCRIT UN MEDICAMENT CONTENANT DE LA PSEUDOEPHEDRINE ? RESPECTEZ LES PRECAUTIONS SUIVANTES

Ce médicament vous a été **personnellement prescrit**. **Ne le donnez pas à d'autres personnes de votre entourage**. Il pourrait leur être nocif, même si les signes de leur maladie sont identiques aux vôtres.

- ♦ La posologie de votre médicament (.....) est de ..... comprimé(s) par jour et de ..... le soir
- ♦ Ne pas associer avec un autre médicament contenant aussi un vasoconstricteur (par voie orale ou nasale)
- ♦ Ne pas prendre plus de 5 jours
- ♦ Ne pas associer avec un autre médicament contenant du paracétamol ou de l'ibuprofène
- ♦ Ne pas utiliser chez l'enfant de moins de 15 ans
- ♦ Ne pas utiliser chez la femme enceinte ou au cours de l'allaitement



### MEDICAMENT ET GROSSESSE



**VASOCONSTRICTEUR + GROSSESSE = DANGER**

Pendant la grossesse, les médicaments à base de vasoconstricteurs sont fortement déconseillés, voire interdits (selon les antalgiques associés) au regard des risques qu'ils présentent pour l'enfant à naître : l'avis d'un médecin est indispensable avant toute utilisation.  
En cas d'allaitement, ces médicaments sont strictement interdits.

**Dans tous les cas, consultez la notice du médicament**

**Si les symptômes persistent ou en cas d'absence d'amélioration au bout de 5 jours, consultez un médecin**



Pour vous informer sur les médicaments :  
[www.base-donnees-publique.medicaments.gouv.fr](http://www.base-donnees-publique.medicaments.gouv.fr)



Pour déclarer tout effet indésirable :  
<https://signalement.social-sante.gouv.fr>