

Traitements : peser le pour et le contre



Avant de suivre un traitement par médicament, plante, chirurgie ou autre, il est important de bien évaluer ses bénéfices potentiels et ses risques.

Estimer le bénéfice potentiel

- Si on prend un traitement, c'est qu'on espère un bénéfice de santé : guérir d'une maladie, soulager un symptôme (fièvre, douleur, fatigue, etc.), réduire un handicap, diminuer un risque, etc.
- Les traitements utiles améliorent concrètement la santé, et pas seulement des résultats d'examen (radio, prise de sang ou autre). Par exemple, certains médicaments font baisser le taux de sucre dans le sang des personnes diabétiques, mais on ne sait pas s'ils améliorent leur état de santé, s'ils allongent leur vie ou s'ils diminuent leur risque d'être malade : sont-ils vraiment utiles ?
- De plus, beaucoup de traitements n'ont qu'une efficacité modeste. Par exemple, chez les enfants ayant une otite récente banale, les antibiotiques ne diminuent pas les risques d'otite grave ou répétée, ni de perte d'audition. Ils améliorent un peu la douleur, mais c'est au risque d'effets indésirables.
- Il est fréquent qu'un traitement ne soit pas efficace, ou pas aussi efficace, chez toutes les personnes.

Tenir compte des risques

- Il n'y a sans doute pas de traitement sans aucun risque. Même des médicaments très courants et utiles, comme le *paracétamol*, entraînent parfois des effets indésirables.
- Certains médicaments entraînent des effets indésirables fréquents. Par exemple, les douleurs d'estomac dues à la prise d'anti-inflammatoires (*aspirine*, *ibuprofène* ou autre). D'autres médicaments entraînent des effets indésirables rares, mais graves, qu'on détecte parfois de longues années après leur commercialisation. Plus un médicament est récent, et moins on connaît ses effets indésirables.
- Les risques des traitements ne sont pas limités aux médicaments. Par exemple des traitements par acupuncture ont transmis des hépatites virales, et certains traitements par les plantes ont provoqué une atteinte des reins.
- Les effets indésirables des médicaments n'ont rien d'exceptionnel. En 2007, ils ont été à l'origine de plus de 3 % des hospitalisations en France.

Bien peser le pour et le contre

- Il s'agit de mettre en balance les bénéfices potentiels et les risques, en tenant compte des caractéristiques de chaque personne : âge,

sexe, état de grossesse, état de santé habituel, etc. Les effets (positifs ou négatifs) d'un traitement ont parfois des répercussions sur les activités professionnelles ou sociales, la vie personnelle ou familiale, la pratique d'un sport ou d'un loisir. Les considérations financières sont aussi à prendre en compte.

- Si on espère un bénéfice important, comme la guérison d'une maladie grave, on peut accepter un certain risque. Mais il est déraisonnable de risquer une maladie cardiaque pour perdre (peut-être) quelques kilos, ou pour traiter un rhume banal, qui guérit seul en quelques jours.
- Il est parfois préférable de ne prendre aucun traitement. Et si on en utilise un, mieux vaut choisir celui qui semble le plus efficace et le moins risqué.

©Prescrire - janvier 2013

Sources :

- "Objectifs des traitements : à partager avec les patients" *Rev Prescrire* 2012 ; **32** (345) : 544-546.
- "Évaluer les bénéfices d'un traitement : d'abord les critères cliniques utiles aux patients" *Rev Prescrire* 2008 ; **28** (291) : 69-70.
- "Évaluer les risques d'un traitement : prendre en compte les données cliniques, la pharmacologie, et les particularités du patient" *Rev Prescrire* 2009 ; **29** (312) : 778-780.