

# Rôle du pharmacien d'officine dans la promotion de l'activité physique

**Dans le but d'accompagner au mieux le patient souffrant d'une maladie neurologique, il est essentiel que le pharmacien prodigue des conseils relatifs aux traitements. Mais pour optimiser la prise en charge et parce qu'il est nécessaire de s'intéresser à la personne dans sa globalité, il apparaît important d'aborder le sujet de l'activité physique au comptoir.**

© 2016 Elsevier Masson SAS. Tous droits réservés

**Mots clés** - activité physique ; conseil ; éducation thérapeutique du patient ; épilepsie ; maladie de Parkinson ; sclérose en plaques

**The role of the pharmacist in the promotion of physical activity.** In order to offer maximum support to patients with a neurological disease, it is essential that pharmacists provide advice relating to the treatments. However, to optimise the care and because it is necessary to deal with the person as a whole, it is also important to broach the subject of physical activity.

© 2016 Elsevier Masson SAS. All rights reserved

**Keywords** - advice; epilepsy; multiple sclerosis; Parkinson's disease; physical activity; therapeutic patient education

Émilie BOULIN<sup>a,\*</sup>  
Étudiante en 6<sup>e</sup> année  
de pharmacie

Vincent LOUBRIEU<sup>b</sup>  
Pharmacien titulaire

<sup>a</sup>Les Arcis,  
53210 Louvigné, France

<sup>b</sup>16 Esplanade de l'Hôtel  
de Ville, 49240 Avrillé, France

**L**e pharmacien est attaché à personnaliser son conseil pour s'adapter au vécu et au ressenti de chacun des patients vis-à-vis de la maladie. Son exercice professionnel passe notamment par l'éducation thérapeutique du patient (ETP). Par ailleurs, il travaille de plus en plus souvent main dans la main avec d'autres professionnels de santé. La pluridisciplinarité permet en effet d'optimiser la prise en charge.

## L'accompagnement dans la mise en place d'une activité physique

Dans le cadre de la promotion de l'activité physique auprès des patients atteints de maladies neurologiques telles que la sclérose en plaques (SEP), la maladie de Parkinson (MP) et l'épilepsie, le pharmacien a un rôle d'accompagnement et de soutien [1].

De façon précoce, il peut expliquer l'importance de cet aspect de la prise en charge et prodiguer les conseils relatifs à la pratique de l'exercice physique. En rappelant au préalable les conséquences néfastes de l'inactivité – sur la motricité et l'état psychologique notamment –, il peut délivrer un certain nombre de recommandations :

- commencer l'activité de manière progressive mais le plus tôt possible après l'annonce du diagnostic ;
- trouver une source de motivation en variant les activités, en pratiquant en groupe, etc. ;
- privilégier l'endurance par rapport à la force physique ;
- avoir en tête que la régularité de la pratique est plus importante que la durée de l'exercice ;
- se fixer des objectifs réalistes ;

- enfin, dans le cadre de la MP et la SEP, choisir le moment de la journée où les sensations sont les meilleures, par exemple, chez le patient parkinsonien, lorsque les concentrations plasmatiques de lévodopa se situent dans la zone thérapeutique.

Tous les conseils ont pour but de donner des informations au patient concernant les bénéfices mais aussi l'absence de risque liés à une pratique sportive. Cependant, il faut bien expliquer que durant les périodes où le retentissement physique de la maladie est le plus fort (poussées pour la SEP, crises pour l'épilepsie...), il est conseillé d'arrêter ou d'alléger temporairement les efforts physiques.

Le pharmacien doit se comporter comme un "éducateur thérapeutique" et profiter de l'entretien mensuel avec le patient et/ou son entourage pour faire le point sur la maladie : vérifier qu'il bénéficie bien d'un suivi médical régulier (par le médecin traitant et le neurologue) et appréhender l'évolution de la pathologie notamment. Plus spécifiquement dans la prise en charge de la SEP, le pharmacien d'officine a un rôle à jouer dans la gestion de la fatigue par les patients étant donné le caractère fréquent et invalidant de ce symptôme (*encadré 1*). Ce dernier ne s'exprime pas de la même manière chez toutes les personnes. Il convient donc d'évaluer, pour chacun, les facteurs pouvant intervenir dans sa survenue. Quelques conseils permettent d'optimiser l'utilisation de l'énergie dans l'objectif de juguler la fatigue :

- organiser les activités quotidiennes en priorisant certaines d'entre elles ;

\*Auteur correspondant.  
Adresse e-mail :  
emilieboulina@hotmail.com  
E. Boulina).

### Encadré 1. Sclérose en plaques et fatigue

Certains médicaments ont des effets sédatifs (analgésiques, hypnotiques, antihistaminiques, immunomodulateurs...). Ils peuvent être utilisés pour traiter la maladie neurologique elle-même, les symptômes qu'elle entraîne ou encore les autres pathologies dont souffre le patient. Enfin, ils peuvent être prescrits ou non. Dans ce contexte, le pharmacien a, au sein de l'équipe pluridisciplinaire, un rôle primordial dans la prise en charge des patients, et plus particulièrement dans la délivrance de médicaments sans ordonnance. Le but est de ne pas aggraver la sensation de fatigue, qui constitue notamment un frein important dans la pratique rééducative et sportive.

- s'accorder des moments de repos dans la journée, aux moments où la sensation de fatigue est la plus importante ;
- utiliser des appareils d'assistance adaptés pour diminuer les efforts nécessaires dans la réalisation des tâches ;
- se relaxer en recourant à des techniques appropriées ;
- réévaluer régulièrement la fatigue auprès des professionnels de santé.

Enfin, il convient d'encourager le patient à maintenir une activité physique. En effet, la régularité s'avère primordiale dans la rééducation et la pratique sportive. Toutefois, l'irrégularité et le manque de motivation représentent des obstacles fréquemment rencontrés. Ainsi, les patients atteints de SEP consultent un kinésithérapeute pendant quelque temps après une poussée, mais arrêtent souvent les séances lorsqu'ils constatent une amélioration, jusqu'à la prochaine crise. Dans la MP, ils éprouvent souvent des difficultés à se projeter au regard de l'évolution inéluctable de leur maladie.

### Une prise en charge pluridisciplinaire

De façon à ce que l'accompagnement du patient soit optimal, il est primordial que le pharmacien l'oriente vers un médecin de médecine physique et de réadaptation et un kinésithérapeute, voire vers des structures spécialisées.

La prise en charge pluridisciplinaire a toute son importance, via les réseaux de soins notamment, afin d'assurer le suivi du malade et d'optimiser son éducation thérapeutique [2]. Ce dernier peut être dirigé vers une association sportive ou encore un groupe de patients. Enfin, il est important de faire régulièrement le point sur la pratique et le handicap de la personne en évaluant les difficultés et les bénéfices ressentis.

Une prise en charge pluridisciplinaire est plus difficile à mettre en place en ville qu'en structures spécialisées. Les patients sont bien moins compliants que lorsqu'ils font la démarche d'intégrer une telle structure. Dans

la MP, l'activité physique et la rééducation sont des mesures préventives permettant de ralentir l'évolution des troubles moteurs. Les patients ne ressentent pas d'effets directs ni d'améliorations des troubles, ils ne comprennent donc pas toujours l'intérêt de cette pratique. Dans la SEP, l'exercice physique se révèle surtout efficace lors des périodes de rémission. Contrairement à la MP à l'évolution progressive, le développement de la SEP n'est pas prédictif dans les formes par poussées. Le plus souvent, les malades ne consultent le kinésithérapeute qu'à la suite d'une crise, moment crucial de la prise en charge, mais pas de façon récurrente. Enfin, dans l'épilepsie, l'activité physique et le sport sont essentiels pour pallier les éventuels troubles de l'équilibre engendrés par les crises ou certains effets indésirables des traitements. Toutefois, les patients n'en perçoivent pas toujours le besoin ou se restreignent de peur que l'exercice déclenche une nouvelle crise.

Un autre obstacle au développement de la prise en charge pluridisciplinaire de ces pathologies en dehors des structures est le faible nombre de patients concernés en ville. En effet, contrairement à d'autres pathologies chroniques (maladies cardiovasculaires, asthme ou diabète par exemple), le pharmacien, le médecin généraliste, les infirmiers et autres professionnels de santé libéraux ne suivent, chacun, que peu de patients atteints de pathologies neurologiques et ne deviennent donc pas forcément "spécialistes" de ce suivi spécifique.

En revanche, une communication interdisciplinaire est simple à envisager et peut permettre de mieux prendre en charge, comprendre et orienter. Néanmoins, elle ne peut se bâtir sans la motivation du patient et son implication.

### Intérêts des dispositifs médicaux

Dans l'objectif de réduire le coût énergétique de certaines activités et de pallier de possibles déficits moteurs, un certain nombre de dispositifs médicaux peuvent aider le patient dans sa vie quotidienne [3]. Certains sont pris en charge par la Sécurité sociale. Il peut s'agir d'aides mécaniques tels que des cannes, des béquilles ou un déambulateur. Un fauteuil roulant peut également s'avérer essentiel au maintien d'une activité professionnelle.

L'appareillage doit être mis en place le plus tôt possible et n'est pas seulement destiné aux personnes ayant un handicap important. En effet, la réserve d'énergie de ces malades étant limitée, il convient d'élaborer des stratégies (au domicile ou au travail) pour en optimiser l'utilisation afin de leur laisser la possibilité de suivre un processus de réadaptation et de pratiquer un loisir sportif.

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/5546847>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/5546847>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)