

Tout ce que vous devriez savoir sur les médicaments anticholinergiques

Par Janet Currie et Johanna Trimble

Qu'est ce qu'un médicament anticholinergique ?

Certains médicaments que vous prenez pour traiter les allergies, le sommeil, les nausées, la dépression ou l'incontinence appartiennent à un groupe de médicaments appelés les médicaments **anticholinergiques**. Ils agissent en bloquant l'effet d'une substance chimique dans votre corps appelée l'**acétylcholine**. L'acétylcholine est essentielle au fonctionnement du corps. Elle vous aide à rester vigilant, à garder un rythme cardiaque régulier, à respirer, à digérer les aliments, à transpirer et à vider votre vessie. Lorsque vous prenez un médicament anticholinergique, il agit sur de nombreuses parties du corps en même temps.

Comment savoir si je prends un médicament anticholinergique ?

Les médicaments anticholinergiques peuvent être prescrits ou encore achetés sans ordonnance. Voici certains des types de médicaments anticholinergiques les plus courants* :

- Médicaments contre les allergies (par exemple, Benadryl® – diphenhydramine)
- Médicaments contre la nausée (par exemple, Gravol® – dimenhydrinate)
- Antidépresseurs (par exemple, Paxil® – paroxétine)
- Antipsychotiques (par exemple, Seroquel® – quétiapine)
- Médicaments contre l'incontinence urinaire (par exemple, Ditropan® – oxybutynine)
- Somnifères (par exemple, trazodone ou des médicaments en vente libre comme Nytol® ou Sominex®)
- Relaxants musculaires (par exemple, Robaxin® – méthocarbamol)
- Tous les opioïdes
- Combinaison de deux médicaments ou plus (par exemple, Tylenol PM® ou autres médicaments avec « PM » dans leur nom, qui contiennent l'ingrédient diphenhydramine)

***Cette liste n'inclut pas tous les médicaments anticholinergiques.**

Le saviez-vous ?

Des ingrédients anticholinergiques puissants peuvent se retrouver dans plusieurs médicaments en vente libre. Lisez toujours la liste des ingrédients sur l'emballage de tous les médicaments que vous achetez. S'il y a deux ingrédients ou plus, c'est une combinaison.

Une combinaison peut contenir un médicament anticholinergique. Par exemple, la diphenhydramine ou le dimenhydrinate sont des médicaments anticholinergiques puissants que l'on trouve dans de nombreux produits de vente libre.



Demandez à votre médecin, votre pharmacien ou votre infirmière si les médicaments que vous prenez ont des effets anticholinergiques.

Les aînés sont plus à risque de souffrir des effets néfastes des médicaments anticholinergiques. Pourquoi ?

Avec le vieillissement, notre foie et nos reins n'éliminent plus aussi bien les médicaments. Nous devenons donc plus sensibles à leurs effets. De plus, beaucoup de personnes âgées ont plus d'un problème de santé et prendront de nombreux médicaments, y compris un ou plusieurs médicaments anticholinergiques. Plus une personne prend de médicaments, plus il est probable qu'elle aura des effets secondaires indésirables.

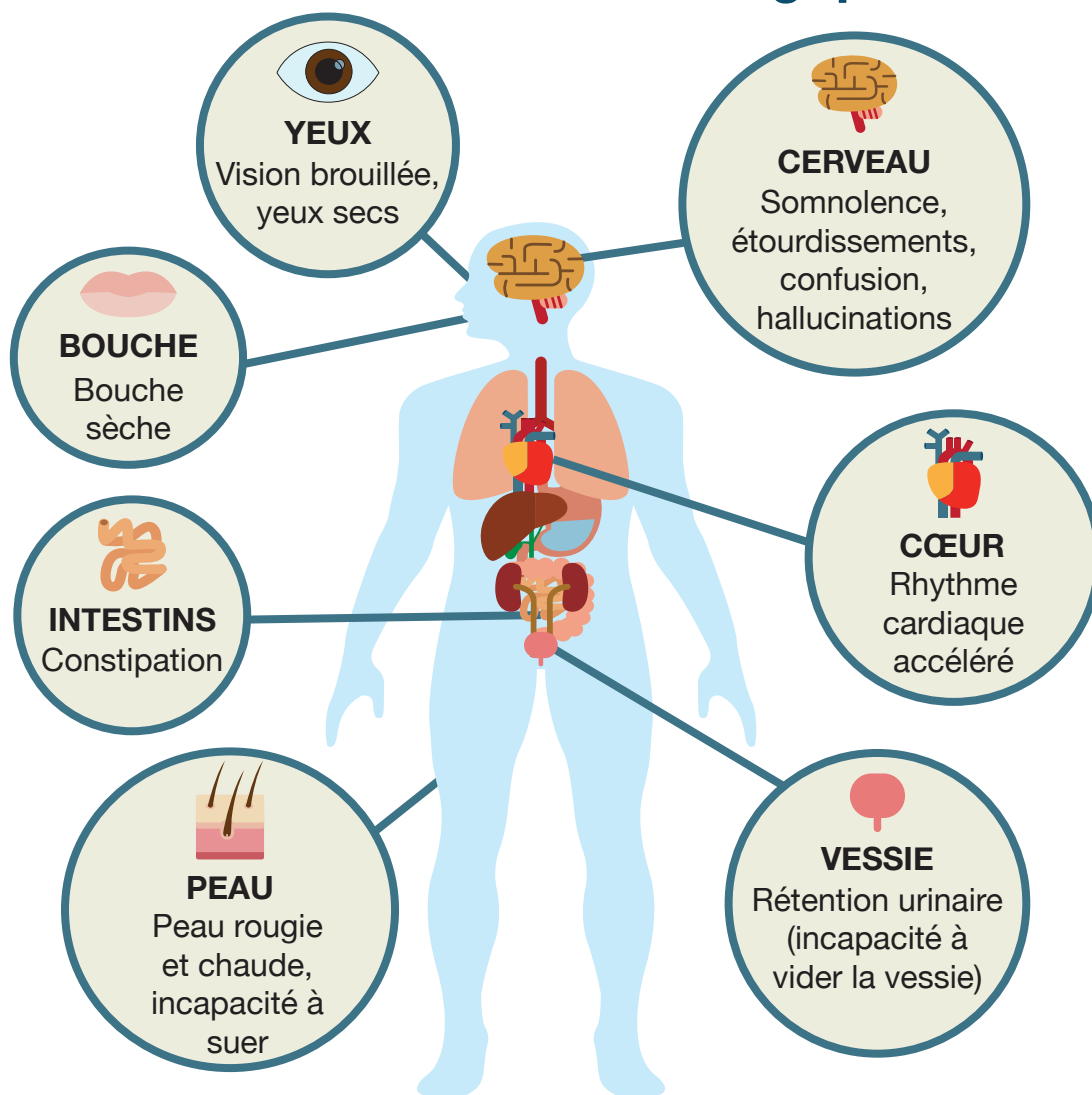
Quels sont les effets secondaires des médicaments anticholinergiques ?

Les médicaments anticholinergiques peuvent causer de nombreux effets secondaires différents. Les effets secondaires peuvent apparaître à tout moment, même après plusieurs années à prendre le même médicament. Vous pourriez penser que de nouveaux symptômes sont une nouvelle maladie, alors qu'en fait ce sont des effets secondaires de vos médicaments.

Votre risque de souffrir d'un effet secondaire est plus élevé si :

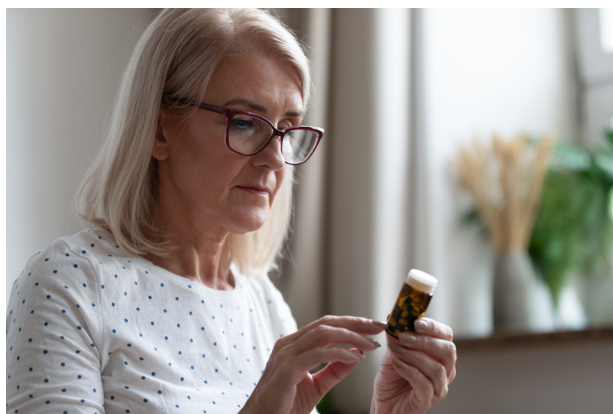
- vous prenez une dose plus élevée des médicaments;
- vous prenez le médicament pendant une longue période de temps; ou
- vous prenez plus d'un type de médicaments anticholinergiques.

Voici quelques effets secondaires courants des médicaments anticholinergiques :

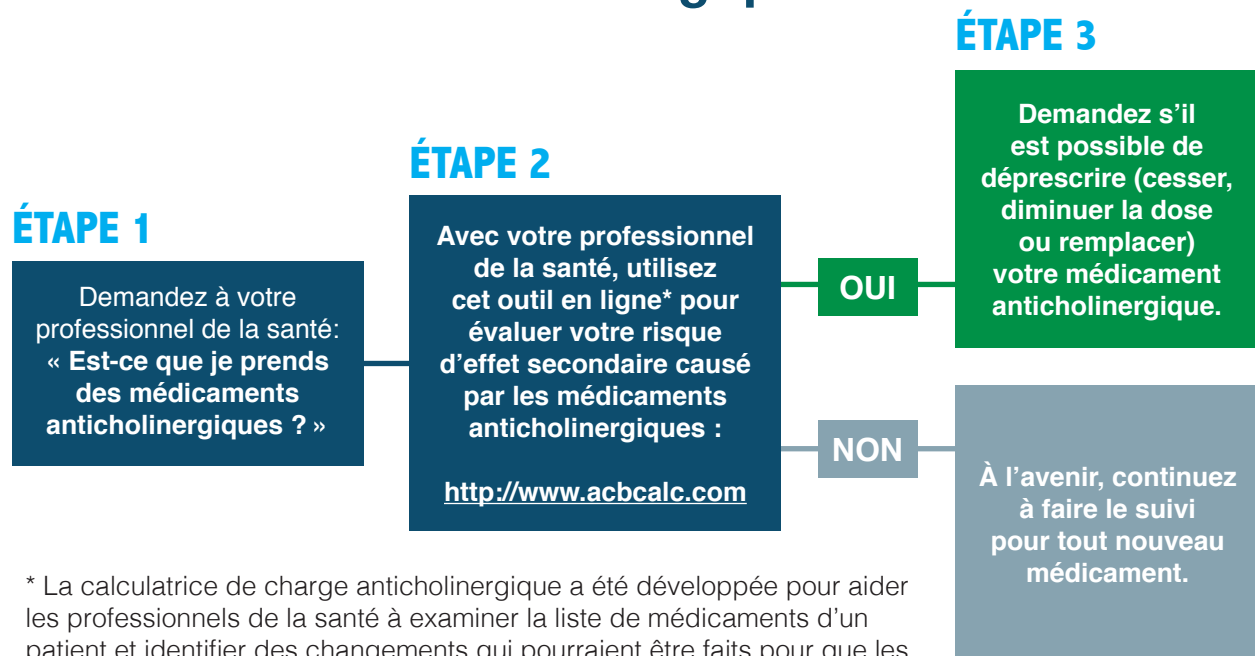


La prise de médicaments anticholinergiques augmente-t-elle mon risque de souffrir de démence ?

Quelques études suggèrent que les personnes âgées qui utilisent des médicaments anticholinergiques pendant une longue période ou à des doses plus élevées pourraient présenter un risque plus élevé de souffrir de démence. La recherche n'a pas encore prouvé ce lien, mais cela suggère que les personnes âgées devraient limiter le nombre de médicaments anticholinergiques qu'elles prennent et utiliser la dose la plus faible possible, pendant la durée la plus courte possible.



Comment puis-je réduire mon risque d'effets secondaires causés par les médicaments anticholinergiques ?



* La calculatrice de charge anticholinergique a été développée pour aider les professionnels de la santé à examiner la liste de médicaments d'un patient et identifier des changements qui pourraient être faits pour que les médicaments soient plus sûrs.

Parlez toujours à votre médecin, votre pharmacien ou votre infirmière avant d'arrêter ou de modifier tout médicament.

Questions que j'aimerais poser à mon professionnel de la santé :

Références

1. Coupland CAC, Hill T, Dening T, Morriss R, Moore M, Hippisley-Cox J. Anticholinergic Drug Exposure and the Risk of Dementia: A Nested Case-Control Study. JAMA Intern Med. 2019;179(8):1084–1093. doi:10.1001/jamainternmed.2019.0677 <https://jamanetwork.com/journals/jamainternalmedicine/fullarticle/2736353>
2. King R, Rabino S. ACB Calculator. <http://www.acbcalc.com>