



## Anti-inflammatoires (AINS) : les utiliser en toute sécurité

🕒 paru le 20/05/2020 • adapté au contexte belge francophone

Un guide-patient est un outil réalisé pour vous aider à faire des choix pour votre santé. Il vous propose des informations basées sur la recherche scientifique. Il vous explique ce que vous pouvez faire pour améliorer votre santé ou ce que les professionnels peuvent vous proposer lors d'une consultation. Bonne lecture !

### De quoi s'agit-il ?

Les médicaments anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS) sont des anti-inflammatoires qui ont un effet antidouleur (analgésique) et qui diminuent la fièvre (antipyrétique). L'ibuprofène, le naproxène et le diclofénac en sont des exemples. Les AINS sont surtout efficaces en cas d'inflammation de l'appareil locomoteur, de maux de dos aigus, de douleurs liées à des calculs aux reins et causées par une blessure aiguë.

Les effets secondaires des AINS sont fréquents et peuvent être graves, en particulier chez les personnes âgées et les personnes qui ont déjà eu un ulcère à l'estomac. Il est donc très important de les utiliser de manière sûre (administration correcte, durée de traitement limitée, dose aussi faible que possible) et de consulter un médecin.

### À quelle fréquence surviennent les effets secondaires des AINS ?

Les AINS causent souvent des effets secondaires. Les plus importants sont discutés ci-dessous (la fréquence est indiquée entre parenthèses) :

#### Systeme gastro-intestinal

Les effets secondaires les plus fréquents sont les maux de ventre (chez 1 à 3 utilisateurs sur 10), les ulcères d'estomac ou d'intestin, accompagnés ou non de saignements (3 à 5 par 1 000 années d'utilisation) et les dommages aux intestins (3 à 4 par 1 000 années d'utilisation). Parmi les personnes qui prennent des AINS pendant une longue période, environ 1 sur 4 développe un ulcère d'estomac ou d'intestin qui ne guérit pas facilement. Les facteurs de risque d'une évolution plus grave sont

- l'âge avancé,
- des antécédents d'ulcère,
- l'utilisation de plusieurs AINS,
- une dose quotidienne élevée,
- un traitement simultané par des anticoagulants, des corticoïdes ou certains antidépresseurs.

#### Reins

Fonction des reins réduite avec risque d'insuffisance rénale (moins d' 1 fois pour 1 000 utilisateurs), rétention d'eau (œdème) et tension artérielle élevée (hypertension) (1 à 9 utilisateurs sur 100). Ces effets indésirables surviennent principalement chez les personnes qui présentaient déjà une diminution de la fonction des reins.

#### Voies respiratoires

Environ 1 à 2 personnes asthmatiques sur 10 développent des spasmes des bronches (bronchospasmes). Ces spasmes sont dus à la contraction des muscles qui entourent les bronches et peuvent provoquer une difficulté respiratoire. Cette situation peut être très grave. C'est pourquoi il est absolument interdit aux personnes qui ont déjà fait une crise d'asthme sévère de prendre des AINS.

### Cœur

L'utilisation d'AINS peut augmenter le risque de crise cardiaque et d'accident vasculaire cérébral (AVC) (1 à 4 par 1 000 années d'utilisation). Chez les personnes qui ont une maladie cardiovasculaire, les AINS peuvent entraîner une insuffisance cardiaque ou aggraver une insuffisance cardiaque existante. C'est plus fréquent avec certains AINS.

### Domages au foie

Chez moins de 1 utilisateur sur 1 000.

### Fertilité

L'utilisation à long terme pourrait réduire la fertilité chez les femmes.

### Que pouvez-vous faire ?

Adoptez une attitude responsable vis-à-vis de la prise des AINS. Demandez conseil au médecin ou au pharmacien.

### Que peut faire le médecin ?

Le médecin vérifiera toujours si un anti-inflammatoire est le meilleur choix pour soulager vos symptômes. Il prend en compte votre consommation de médicaments et vos antécédents spécifiques. Les avantages des AINS doivent toujours être mis en balance avec les risques éventuels.

Parfois, il existe une alternative plus appropriée et plus sûre, telle que le paracétamol, par exemple pour le traitement de la douleur liée à l'arthrose. Si le paracétamol n'est pas suffisamment efficace ou en cas d'inflammation, le médecin décidera si un AINS ne serait tout de même pas un meilleur choix.

Le médecin vous informera des effets secondaires qui pourraient se produire et ce que vous devrez alors faire. Il est parfois conseillé de prendre en même temps des médicaments qui protègent l'estomac. Sinon, on peut également choisir un AINS sélectif avec moins de risque de problèmes sévères au niveau de l'estomac et des intestins, mais plus de risque de problèmes cardiovasculaires.

### En savoir plus ?

- [Antidouleurs et automédication – Agence Fédérale des Médicaments et Produits de Santé](#)
- [Mi-ange Mi-démon Bon usage du médicament pour les ados – Solidaris – Mutualité Socialiste](#)
- [Paracétamol – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)
- [Anti-inflammatoires non-stéroïdiens – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)

### Sources

- [Guide de pratique clinique étranger 'Utilisation sûre des anti-inflammatoires non stéroïdiens \(AINS\)' \(2000\), mis à jour le 08.09.2017 et adapté au contexte belge le 10.02.2019 – ebpracticenet](#)
- [www.cbip.be](http://www.cbip.be)
- [www.afmps.be/fr](http://www.afmps.be/fr)