

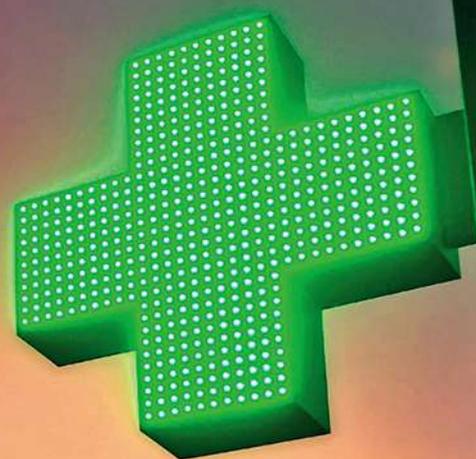
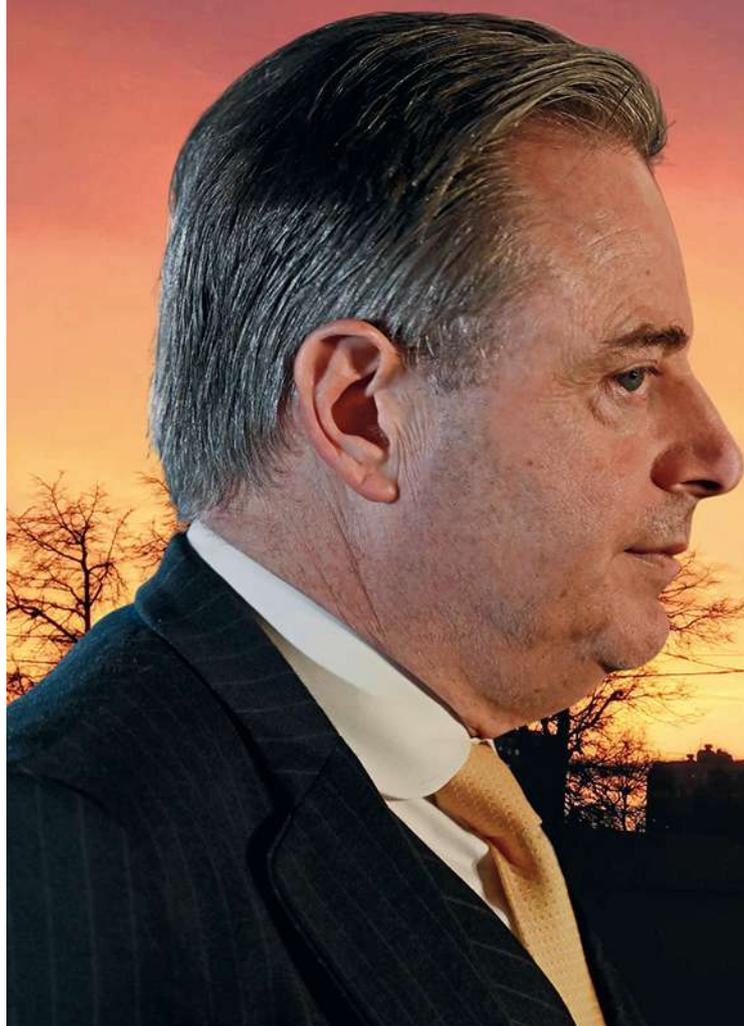
LE PHARMACIEN

LA RÉFÉRENCE POUR LES PHARMACIENS D'OFFICINE ET D'HÔPITAL

Inscrivez-vous
à notre
newsletter!



- + Gouvernement Bart I^{er} : ce qu'il a prévu pour les pharmaciens
- + À l'APB, 75 ans de plaidoyer en faveur du pharmacien
- + Dossier : le pharmacien doit tirer profit de la numérisation
- + Comment réagir en situation d'agression en officine ?



Omnibionta3



IMMUNITÉ¹ de l'intérieur

Saviez-vous que l'apport en vitamines et en minéraux ne dépend pas seulement de ce que nous consommons, mais aussi de l'efficacité avec laquelle nous absorbons ces nutriments ?

La bonne santé des muqueuses est primordiale à la bonne absorption des nutriments. Les muqueuses jouent un rôle essentiel dans l'absorption des nutriments². Un apport insuffisant de certaines vitamines peut altérer la structure des cellules, ce qui entraîne un rétrécissement de la surface d'absorption³⁻⁷.



Soutient les défenses immunitaires du corps¹

BACTÉRIES
VITAMINES
MINÉRAUX

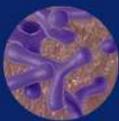


Fonction normale
du système
immunitaire¹ !



1/ Bactéries TriBion™

3 bactéries qui atteignent
l'intestin vivantes.



Bifidobacterium
longum SP 07/3



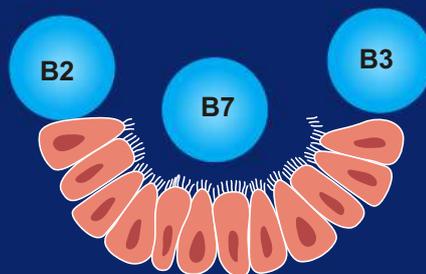
Lactobacillus
gasseri PA 16/8



Bifidobacterium
bifidum MF 20/5

2/ Maintien de muqueuses normales²

Les vitamines B2, B3 (niacine) et B7
(biotine) contribuent au maintien de
muqueuses normales.



3/ Soutien immunitaire¹

Les vitamines C & D contribuent au
fonctionnement normal du système
immunitaire. Le zinc et le fer contribuent
au fonctionnement cognitif normal.



1. Vitamine C, D et zinc contribuent au fonctionnement normal du système immunitaire. 2. Les vitamines B2, la niacine & la biotine contribuent au maintien de muqueuses normales. 3. Hilary J Powers, Riboflavin (vitamin B-2) and health, The American Journal of Clinical Nutrition, Volume 77, Issue 6, June 2003, Pages 1352-1360. 4. Hossain KS, Amarasena S, Mayengbam S. B Vitamins and Their Roles in Gut Health. Microorganisms. 2022 Jun 7;10(6):1168. 5. Vela G, Stark P, Socha M, Sauer AK, Hagemeyer S, Grabrucker AM. Zinc in gut-brain interaction in autism and neurological disorders. Neural Plast. 2015;2015:972791. 6. Xu RJ. Development of the newborn GI tract and its relation to colostrum/milk intake: a review. Reprod Fertil Dev. 1996;8(1):35-48. 7. Yin L et al. Dietary Copper Improves Intestinal Morphology via Modulating Intestinal Stem Cell Activity in Pigs. Animals (Basel). 2021 Aug26;11(9):2513.

Rédacteur en chef

Laurent Zanella

Rédaction

Filip Ceulemans, Floris Cup, François Hardy,
Guy Legrand, Bernard Roisin, Martine Versonne

Lay-out

Mise en Page
Roularta Printing Services

Impression

Drukkerij Van Der Poorten

Offres d'emploi

02-702.70.31

vacature.healthcare@roularta.be

Abonnement annuel

52 € - 0 078 35 33 13

Changement d'adresse : veuillez informer
notre service abonnement à l'adresse
circulation.rhc@roularta.be

Les articles, les photos, les dessins et autres illustrations de la partie rédactionnelle du Pharmacien ne comportent pas de publicité. Les mentions d'entreprises ou de produits le sont à titre documentaire. Les articles, les photos et dessins les illustrant ainsi que les opinions et les publicités paraissent sous la seule responsabilité de leurs auteurs/annonceurs. Tous droits de traduction, d'adaptation et de reproduction par tous les procédés sont réservés pour tous pays.

Régie

Project & Communication Advisors

Corry Bas - 00471-58.40.86
corry.bas@roularta.be

Sylvie Mayi - 00486-41.22.00
sylvie.mayi@roularta.be

Frontoffice

02-702.70.33
frontoffice.rhc@roularta.be

le **pharmacien**

est une publication de



Rue de la Fusée 50 bte 14 - 1130 Bruxelles

Directeur médical

Dre Hade Scheyving

Operations Manager

Virginie Meysmans
virginie.meysmans@roularta.be

Directeur des éditions

Luk Wynants

Editeur responsable

Sophie Van Iseghem



Ce magazine est protégé par le droit d'auteur. Vous souhaitez scanner des articles, les stocker électroniquement, les imprimer, les copier à de nombreux exemplaires ou les utiliser commercialement ? Contactez Ann Soete: soete.ann@roularta.be. Plus d'info sur vos droits www.presscopyrights.be



Member of



« Les pages avec un fond de couleur ne tombent pas sous la responsabilité de la rédaction. »

Le pharmacien, au-delà du comptoir

Longtemps, le pharmacien a été perçu comme un simple dispensateur de médicaments. Mais, surtout depuis la crise du covid, son rôle a évolué. Une volonté de la profession qui est désormais soutenue par les autorités, comme en témoigne l'accord gouvernemental de l'Arizona (lire pages 6 et 7).

Alors que certains prévoient des coupes drastiques dans le secteur des soins, il semble que celui-ci résiste. Jusqu'à quand ? Personne ne le sait. Mais en attendant, les pharmaciens peuvent en profiter.

L'accord de gouvernement de l'Arizona prévoit d'abord de renforcer le rôle du pharmacien en tant qu'acteur de prévention, notamment par le biais de la vaccination. Les pharmaciens pourront ainsi administrer certains vaccins, comme ceux contre la grippe et le covid-19, jusqu'à fin 2025.

De plus, l'accord envisage d'élargir les actes que peuvent poser les pharmaciens. Cela reste encore flou, mais on évoque, outre une vaccination élargie, un rôle accru dans la conciliation des traitements médicamenteux, notamment lors des transitions entre l'hôpital et le domicile, afin d'assurer une continuité et une sécurité optimales des soins.

Ces mesures, qui encouragent la diversification des services (prévention, proximité, accompagnement), présentent au moins deux avantages. Premièrement, elles permettent une diversification des sources de revenus et une revalorisation de l'image de la profession. Deuxièmement, elles offrent un avantage concurrentiel face aux pharmacies en ligne. La proximité, la prévention et l'accompagnement des patients sont trois aspects avec lesquels les plateformes numériques ne peuvent pas rivaliser. 📍



LAURENT ZANELLA



6

UN BON ACCORD DE GOUVERNEMENT POUR LES PHARMACIENS

L'Arizona a prévu de nombreux changements en matière de Santé publique. Le pharmacien, l'officine et les médicaments n'y échappent pas. Sous le prisme du pharmacien, décryptons l'accord de gouvernement.



12

L'APB FÊTE SES 75 ANS

Pour les trois quarts de siècle de l'association, son président, Koen Straetmans, envisage le futur avec ambition. La coopération avec les médecins est évoquée.



20

DOSSIER NUMÉRISATION: SAISIR LES OPPORTUNITÉS ET ANTICIPER LES DÉFIS

Le robot devient essentiel en officine, mais pas autant que la présence de la pharmacie sur le web. Pour Robin Crunenberg, le pharmacien a beaucoup à en tirer.



34

COMMENT GÉRER UN INCIDENT EN OFFICINE ?

Vivre une agression en officine peut engendrer des traumatismes chez le pharmacien. Comment les professionnels peuvent-ils gérer ces situations au mieux ?

PCLI
INAMI

PLCI

EIP

CPTI

REVENU
GARANTI

ASSURANCES

RENDEMENT GLOBAL NET EN

2021

2022

2023

4,5%

Vous prenez soin des gens, nous prenons soin de vous

Un rendement de 4,5%* en 2021, en 2022 et en 2023, ça compte !

Chez Amonis, nous comprenons vos besoins mieux que quiconque, c'est pourquoi nous vous offrons des conditions exceptionnelles. Nous nous occupons de votre **PLCI (sociale)**, **prime INAMI**, **EIP**, **CPTI**, **revenu garanti** et de vos **assurances**. Vous pouvez ainsi vous consacrer à ce que vous faites le mieux : aider les autres. Vous prenez soin des gens, nous prenons soin de votre argent.

*4,5% de rendement global net octroyé en PLCI, PLCI sociale et CPTI, selon les conditions d'octroi. Les rendements du passé ne constituent pas une garantie pour le futur.

Prenez contact



0800 96 113
www.amonis.be

AMONIS

Votre futur
mérite
un expert

PHARMACIENS, OFFICINES, MÉDICAMENTS...

Tout ce que **Bart I^{er}** a prévu pour vous

Le Pharmacien a passé au crible l'accord de gouvernement sous le prisme de la pharmacie. Le rôle du pharmacien devrait sortir renforcé de la législation qui démarre. Alors qu'on note quelques changements par rapport aux officines, un important chapitre est consacré aux médicaments.

FRANÇOIS HARDY

Fin janvier, dans les couloirs de l'École royale militaire, cinq mains se serrent et une vision pour la Belgique des cinq prochaines années est couchée sur papier. On a beaucoup parlé de l'accord de gouvernement sous l'angle de l'emploi ou de la taxation des plus-values, mais peu avec les lunettes du pharmacien.

« RENDRE AUX PHARMACIENS LA PLACE QUI LEUR REVENAIT »

Pour une meilleure coopération entre les prestataires de soins, le nouveau gouvernement prévoit d'abord de moderniser et assouplir la loi relative à l'exercice des professions de soins de santé. Avec les kinésithérapeutes et les sage-femmes, les pharmaciens sont mis en avant, leurs compétences renforcées. À titre d'exemple: « *le pharmacien aura un rôle clair à jouer dans la détection à temps de pathologies telles que le diabète, le cancer de la peau ou les maladies cardiovasculaires, et dans l'amélioration de l'observance thérapeutique* », cite l'accord. « *La compétence temporaire des pharmaciens en matière de vaccination antigrippale est confirmée. Nous examinons également si le recours aux pharmaciens pour les autres vaccins peut contribuer à la sante publique.* »

L'APB se réjouit de ces mesures: « *Ces derniers mois, nous avons entretenu des contacts réguliers avec les différentes formations politiques afin de donner aux pharmaciens la place qui leur revient dans le texte de cet accord. Ces efforts ont payé!* »



Image générée à l'aide de l'intelligence artificielle

Dans une section suivante, liée à la promotion d'une vie saine, le gouvernement Arizona fait un pas de plus vers une société sans tabac et prévoit de « consacrer davantage d'efforts aux conseils en matière de sevrage tabagique dans les hôpitaux et les services ambulatoires tels que les pharmacies. » Anecdote, mais révélateur de l'ampleur de l'ambition du gouvernement de mettre un coup de frein à l'immigration dans le pays, un des derniers points de l'accord annonce encore que les pharma-

ciens seront impliqués: « *L'accès à l'aide médicale urgente est un droit humain auquel même les personnes en séjour illégal ont droit. Les abus en la matière doivent néanmoins être éliminés. Les acteurs de première ligne, tels que les médecins généralistes, les pharmaciens, les dentistes et les hôpitaux, seront sensibilisés à cette question.* »

L'OFFICINE, SINON L'HÔPITAL

Peu de changements sont annoncés du côté de la pharmacie en elle-même.

Notable toutefois: la loi sur les fusions de pharmacies fera l'objet d'une réforme, de sorte que le transfert d'une pharmacie réponde aux mêmes conditions que l'ouverture d'une nouvelle pharmacie. Le gouvernement Arizona établira également un cadre juridique pour l'installation de distributeurs automatiques dans les pharmacies. Dans une vision plus globale du paysage des soins, l'accord envisage encore l'utilisation partagée de la pharmacie, sans fournir plus de détails.

Enfin, on touche à la relation officine-hôpital: «Afin de favoriser l'observance thérapeutique et d'éviter des déplacements inutiles à l'hôpital, (...) nous étudions si et comment le pharmacien d'officine (...) peut jouer un rôle dans la délivrance des médicaments qui sont actuellement réservés à la pharmacie d'hôpital, partant du principe suivant: par l'officine pharmaceutique

lorsque c'est possible et par la pharmacie de l'hôpital lorsqu'il le faut.»

ENDIGUER LA PÉNURIE DE MÉDICAMENTS

Finalement, ce n'est pas tant sur le métier de pharmacien en lui-même que le nouveau gouvernement veut réformer, mais plutôt sur les médicaments. L'accord reconnaît la pénurie de certains médicaments et consacre tout un chapitre à sa volonté d'assurer des médicaments et des dispositifs médicaux en quantité suffisante et financièrement accessibles.

Rendre les médicaments disponibles et accessibles devra d'abord passer, on le sent, par une bonne entente avec l'industrie pharmaceutique: «Afin de garantir un marché attractif pour les médicaments génériques et biosimilaires, des incitants financiers seront mis en place pour encourager leur présence en Belgique. Par ailleurs,

des mesures de transparence et une évaluation des mécanismes de fixation des prix devraient renforcer la sécurité d'approvisionnement.» De manière plus musclée, le nouveau gouvernement envisage même une obligation de service public qui serait imposée aux acteurs du secteur, accompagnée de la mise en place d'une liste de médicaments essentiels.

Face à la surconsommation de médicaments et toujours contre leur pénurie, l'Arizona entend enfin promouvoir une utilisation plus rationnelle de ceux-ci, en encourageant les conditionnements plus petits pour certains traitements non remboursés et en favorisant une délivrance adaptée aux durées de traitement, notamment pour les antibiotiques, les benzodiazépines et les opioïdes. ⚡

L'ESTOMAC LÉGER en toutes circonstances !¹

Antimetil[®]

Extrait de gingembre standardisé à 10% de gingérols²



Solution buvable

- ✓ Idéal pour les enfants
- ✓ Idéal en cas de difficultés à avaler



Petits comprimés

- ✓ Facile à avaler
- ✓ Le seul extrait étudié pendant la grossesse en Belgique⁴



Gommes à sucer

- ✓ Pratique
- ✓ Idéal en cas de difficultés à avaler

La gamme complète pour toute la famille !





¹ Le gingembre contribue au bon fonctionnement du système digestif. * ² 1 mg d'extrait standardisé équivaut à 10 mg de poudre de gingembre
³ Source IQVIA 2024 - OTC market * ⁴ Laekeman et al. Planta Medica 2021 DOI 10.1055/a-1386-8848

www.antimetil.be

Cystite?

Dès les premiers symptômes



EFFICACE
chez
90%
des patients **



Uri-Cran® Forte AF* est un dispositif médical; voie orale.

Consultez un médecin sans amélioration sensible après 48h et également en cas de fièvre, de grossesse et d'allaitement.

*AF (Advanced formulation: formule améliorée)

**Grâce au mode d'action mucoprotecteur du complexe xyloglucane/gélose.

Étude réalisée sur un dispositif médical contenant de la gélatine réticulée à base d'hibiscus et de propolis.



2x
jour

PENDANT
5 JOURS

www.uricran.be

Maintenez votre confort urinaire au quotidien¹

Et votre vessie² vous dit **merci** !



FORMULE AMÉLIORÉE !

Avec de l'extrait de thé vert

 **1 x par jour¹**



Uri-cran Daily Comfort **est un complément alimentaire**. ¹Convient pour une utilisation à long terme. ²Contient du thé vert. Le thé vert est traditionnellement utilisé pour contribuer aux fonctions d'élimination urinaire normale. Traditionnellement utilisé pour soutenir la fonction excrétrice des reins. Ne doit pas être consommé par les femmes enceintes ou allaitantes et par les enfants de moins de 18 ans.

Paysage des officines : l'accessibilité en danger

Le paysage des pharmacies en Belgique est en transition constante. Le dernier rapport de Sirius Insight met en lumière des tendances marquées par la diminution du nombre d'officines et par l'évolution des stratégies de regroupement.

FRANÇOIS HARDY



Depuis 2020, la Belgique a vu son nombre total de pharmacies passer de 5.054 à 4.951. Parmi celles-ci, 4.658 sont encore ouvertes au public, contre 4.807 en 2020. Plusieurs facteurs expliquent cette tendance à la réduction : fermetures définitives, fusion d'établissements, mais également l'application de nouvelles règles régissant la durée des fermetures temporaires. Le Nord et le Sud du pays ne sont pas touchés de la même façon : plus de la moitié des pharmacies temporairement fermées se situent en Wallonie, notamment à Charleroi et Liège, alors que les Wallons ne représentent qu'un petit 31% de la population belge.

Le rapport de Sirius Insight met également en avant une différence notable entre les pharmacies indépendantes et celles appartenant à des groupements. Les premières préfèrent majoritairement les relocalisations à courte distance (52% de

leurs demandes), leur permettant ainsi de conserver leur clientèle. En revanche, les pharmacies structurées en groupes favorisent les fusions (44% de leurs demandes) afin d'optimiser leur potentiel commercial tout en consolidant leur position sur le marché.

OPPORTUNITÉS MANQUÉES

Le rapport souligne également que de nombreuses zones sont sous-desservies, particulièrement en Flandre. Plus de 250.000 adresses à travers le pays répondent aux critères de relocalisation dans des secteurs où la densité pharmaceutique est faible et où la demande des patients est forte. Pourtant, seules 3% des demandes de relocalisation des pharmacies de groupe visent ces zones... Tant d'opportunités manquées, d'après Sirius Insight, pour équilibrer l'offre de soins.

Si, à la lecture du rapport, la réduction du nombre de pharmacies semble inéluctable, la question de l'accessibilité reste pour autant cruciale. Avec la limitation de la durée des fermetures temporaires et l'évolution des habitudes de consommation des patients, l'officine doit s'adapter à un environnement en mutation.

«Les pharmacies structurées en groupes mettent clairement l'accent sur la rationalisation par le biais de fusions», conclut le rapport. «Cependant, elles bénéficieraient

d'une meilleure compréhension des opportunités du marché et d'une approche plus adaptée à chaque région. Certaines zones nécessitent une stratégie de fusion forte, tandis que d'autres pourraient tirer profit d'une optimisation locale et de stratégies de micro-implantation afin de mieux répondre aux besoins du marché.» ⊕

Les principes de regroupement de l'arrêté royal

Un arrêté royal, entré en vigueur en janvier 2022, a encadré plus strictement les fusions et déménagements des pharmacies.

Ce texte vise à rationaliser le réseau tout en garantissant une accessibilité suffisante aux patients. Parmi les critères à respecter :

- Une fusion n'est autorisée qu'entre pharmacies situées dans une même commune ou des communes voisines.
- Le nombre total de pharmacies dans une municipalité doit rester supérieur au ratio d'une pharmacie pour 5.000 habitants.
- Toute nouvelle implantation doit respecter des distances minimales avec les pharmacies existantes.

TOUX SÈCHE, GRASSE, AIGÜE OU PERSISTANTE ? Grintuss est le sirop qui a changé la manière de traiter la toux.



Avec complexe
végétal et Miel

100%
NATURAL AND
BIODEGRADABLE
FORMULA

1+
AN

LES SIROPS GRINTUSS OBTIENNENT LA NOUVELLE CERTIFICATION
CONFORMÉMENT AU NOUVEAU RÈGLEMENT EUROPÉEN SUR LES DISPOSITIFS MÉDICAUX 2017/745

EFFICACITÉ ET SÉCURITÉ
CLINIQUEMENT TESTÉES



NATURALITÉ ET
BIODÉGRADABILITÉ

VISIBILITÉ DANS LE POINT DE VENTE POUR FAVORISER LE SELL-OUT



AVEC DES INGRÉDIENTS
ISSUS DE L'AGRICULTURE
BIOLOGIQUE

DISPOSITIFS MÉDICAUX CE 0373

Lire attentivement les mises en garde et la notice.

POUR EN SAVOIR PLUS SUR GRINTUSS, VEUILLEZ CONTACTER
LE DÉLÉGUÉ CHARGÉ DE VOTRE SECTEUR OU L'ADMINISTRATION
DES VENTES AU +32 2 891 50 76 OU PAR EMAIL : rdelogu@aboca.it



Aboca est certifiée **B Corp.**
www.aboca.com/biencommun

Fabricant : **Aboca S.p.A. Società Agricola**
Sansepolcro (AR) - Italia

MATÉRIEL À USAGE EXCLUSIVEMENT PROFESSIONNEL

75 ans de plaidoyer en faveur du pharmacien

L'APB fête cette année son 75^e anniversaire. Son président, Koen Straetmans, revient sur le passé, mais se projette surtout vers l'avenir et évoque le rôle que l'APB peut continuer à jouer dans le système de santé belge.

FILIP CEULEMANS

Le Pharmacien : Pourquoi l'APB a-t-elle été créée il y a 75 ans ?

Koen Straetmans : Il y a 75 ans, les associations de pharmaciens étaient principalement organisées à l'échelle régionale ou locale. À l'époque, il existait plus de trente associations professionnelles locales. Est alors apparue la nécessité de créer une fédération nationale forte, capable de défendre efficacement les intérêts des pharmaciens d'officine indépendants auprès du ministre et, plus tard, auprès d'instances comme l'Inami, l'AFMPS et les mutualités. Le 18 décembre 1949, l'Algemeen apothekersverbond (AAV) et la Nationale pharmaceutique (NP) ont décidé d'unir leurs forces et, le 1^{er} janvier 1950, l'Association pharmaceutique belge (APB) a officiellement vu le jour.

PRESTATAIRE DE SOINS À PART ENTIÈRE

Quelles sont, selon vous, les principales réalisations de l'APB ?

Bonne question. Je suis impliqué dans l'APB depuis longtemps, mais, bien sûr, pas depuis 75 ans. Les réalisations des premières décennies me semblent donc plus lointaines. L'une des avancées les plus significatives est sans aucun doute l'intégration dans la législation, au début des années 2000, du fait que le pharmacien ne se limite pas à la délivrance et à la préparation des médicaments, mais qu'il est un prestataire de soins à part entière. En 2006, la loi a inscrit que le pharmacien dispense des soins pharmaceutiques, fournit des conseils et accompagne le patient dans l'utilisation de ses médicaments. C'est une

étape clé à mes yeux, car elle marque le passage du statut de simple fournisseur de produits à celui de professionnel de santé.

vérification du schéma thérapeutique et des entretiens d'accompagnement sur des pathologies comme l'asthme ou la BPCO.

Nous espérons qu'au moins la moitié des pharmacies accepteraient d'effectuer des tests covid. Finalement, plus des deux tiers ont répondu favorablement.

Ces dernières années, le secteur des soins de santé a connu une digitalisation poussée. L'APB a-t-elle joué un rôle clé dans cette évolution ?

En 2012, l'APB a lancé le dossier pharmaceutique partagé, dont nous bénéficions encore aujourd'hui. Qu'un patient entre dans une pharmacie à Arlon ou à Ostende, le pharmacien peut savoir quels médicaments il prend, à condition que le patient ait donné son consentement via eHealth. Cela permet au pharmacien d'adapter les soins pharmaceutiques et les conseils grâce à une vision complète du traitement du patient. En 2017, une nouvelle étape a été franchie avec l'introduction du concept de pharmacien de référence. Ce dispositif représente une avancée majeure dans le suivi des patients chroniques polymédiqués. Il renforce le lien de confiance entre le patient et son pharmacien, ouvrant ainsi la voie à des innovations telles que la

Depuis quelques années, les pharmaciens sont également autorisés à vacciner. Comment évaluez-vous cette évolution ?

Effectivement, nous vaccinons depuis 2022 contre le covid à la demande des autorités, et depuis 2023 contre la grippe. Cela démontre que le pharmacien peut assumer de nouvelles missions de soins qui sont bénéfiques tant pour le patient que pour la société. L'expérience internationale montre que lorsque les médecins généralistes, les pharmaciens et les infirmiers sont tous impliqués dans la vaccination, le taux de couverture vaccinale augmente. Il s'agit clairement d'une approche complémentaire. Le pharmacien ne cherche pas à remplacer le médecin généraliste, mais à agir en synergie avec lui. D'ailleurs, il reçoit une formation de qualité pour prendre en charge ces nouvelles missions de soins.



© Th. Strickaert

COLLABORER AVEC LES GÉNÉRALISTES

Tous les pharmaciens ne se sentent pas appelés à vacciner. A-t-on une idée de la répartition ?

Les chiffres récents montrent que trois quarts des pharmaciens vaccinent contre

la grippe et que plus de 75 % des pharmacies offrent ce service. La vaccination n'est pas obligatoire pour les pharmaciens : ceux qui ne se sentent pas à l'aise avec cette tâche ne sont pas contraints de l'effectuer. Plusieurs raisons expliquent

pourquoi certains ne vaccinent pas, comme le manque d'un espace adéquat pour procéder à la vaccination dans les petites officines. Cela dit, les pharmaciens sont clairement ouverts à l'introduction de nouveaux services. En 2021, lorsque les autorités nous ont demandé si nous pouvions effectuer des tests covid-19, nous espérions qu'au moins la moitié des pharmacies accepteraient. Finalement, plus des deux tiers ont répondu favorablement.

Quelles sont les priorités de l'APB à court et long terme ?

Je pense que nous devons, en concertation avec les autorités, examiner quelles autres missions de soins les pharmaciens pourraient assumer. Le potentiel des 4.500 pharmacies, 12.000 pharmaciens et 6.000 assistants en Belgique n'est pas encore pleinement exploité. Tout le monde s'accorde à dire que la prévention doit être renforcée, et nous pensons que le pharmacien pourrait jouer un rôle clé dans ce domaine. Il pourrait également intervenir dans le dépistage précoce et le screening. Comme il connaît bien ses patients, il est en mesure de les orienter rapidement vers leur médecin généraliste en cas de problème suspecté. La collaboration avec les médecins généralistes est essentielle dans ce cadre. Nous sommes prêts à prendre toute notre place dans les soins intégrés. À mes yeux, le partage numérique des informations entre le pharmacien, le médecin généraliste, les autres prestataires de soins et le patient lui-même est un élément crucial.

Comment se déroule la collaboration avec le médecin généraliste, un acteur clé de la première ligne de soins pour le pharmacien ?

Sur le terrain, la coopération est généralement bonne, mais il y a toujours moyen de l'améliorer. Je pense notamment au partage numérique des informations. Deux prestataires de soins voient presque tous les patients : le médecin généraliste et le pharmacien de référence. Il est essentiel qu'ils collaborent efficacement. La concertation médico-pharmaceutique est un modèle qui fonctionne bien, et nous pensons qu'il pourrait être davantage utilisé au niveau local dans le cadre de la gestion de la population. 📍

Nesivine®

0,05% sine conservans

Nesivine 0,05% sine conservans : 8,65 €
Médicament sans prescription médicale

Nesivine soulage votre nez bouché et agit sur la cause profonde^{1,2,3,4,5}



Oxymétazoline

Autres imidazolines,
y compris Xylométazoline

Nez bouché

Aucun autre vasoconstricteur agissant plus rapidement n'est démontré* à ce jour^{6,7}



Soulage*** votre nez bouché après 25 secondes^{1,9}

Commence à agir en quelques minutes

La cause profonde

Propriétés anti-virales et anti-inflammatoires^{2,3,4,5,8,10}



Réduit la durée du rhume de 2 jours**⁹

Pas de données comparables publiées

* Selon une comparaison indirecte d'imidazolines autorisés comme décongestionnants nasaux, établie sur base des RCP et à l'aide des RCP des différents imidazolines comme décongestionnants nasaux (08/2024) ** Comparé à des solutions salines physiologiques. *** Nesivine 0,05% sine conservans soulage votre nez bouché après 25 secondes. 1.Reinecke S. and Tschaikin M. Investigation of the Effect of Oxymetazoline on the Duration of Rhinitis. Results of a placebo-controlled double-blind study in patients with acute rhinitis. MMW FortschrMed 2005; 147 Suppl3: 113-118. 2.Koelsch S., Tschaikin M., Sacher F. Anti-Rhinovirus-specific Activity of the Alpha-sympathomimetic Oxymetazoline. Arzneimittel-Forschung (Drug Research) 2007; 57(7): 475-482. 3.Tuettenberg A., Koelsch S., Knop J., Jonuleit H. Oxymetazoline modulates proinflammatory cytokines and the T-cell stimulatory capacity of dendritic cells. Experimental Dermatology 2007; 16: 171-178. 4.Beck-Speier I., Dayal N., Karg E., et al. Oxymetazoline Inhibits Proinflammatory Reactions: Effect on Arachidonic Acid-Derived Metabolites. The journal of Pharmacology and experimental therapeutics 2006; 361: 843-851. 5.Beck-Speier I., Oswald B., Maier K.L., et al. Oxymetazoline Inhibits and Resolves Inflammatory Reactions in Human Neutrophils. J. Pharmacol Sci 2009; 110: 276-284. 6.Naphazoline monograph for professionals - Drugs.com 7. Eccles R., Eriksson M., Garreffa S, et al. The nasal decongestant effect of xylometazoline in the common cold. Am J Rhinol 2008; 22: 491-496. 8.Koelsch S., Tschaikin M., Sacher F. Anti-Rhinovirus-specific Activity of the Alphasymphathomimetic Oxymetazoline. Arzneimittel-Forschung (Drug Research) 2007; 57(7): 475-482. 9.RCP Nesivine 02/2024 10. RCP Nesivine 02/2024: 5.1 Propriétés pharmacodynamiques : In vitro, l'oxymétazoline a démontré des propriétés antivirales et anti-inflammatoires.

Nesivine®

DENOMINATION DU MEDICAMENT : Nesivine 0,05% sine conservans, solution pour pulvérisation nasale.

COMPOSITION QUALITATIVE ET QUANTITATIVE : 1 ml de solution à 0,05% contient 0,5 mg de chlorhydrate d'oxymétazoline.

FORME PHARMACEUTIQUE : Solution pour pulvérisation nasale.

INDICATIONS THÉRAPEUTIQUES : Nesivine est indiqué dans le traitement symptomatique de la congestion nasale, par ex. en cas de rhinite aiguë, d'inflammation de la trompe d'Eustache ou d'otite moyenne, et en traitement adjuvant de la sinusite. En premier lieu, il est recommandé de rincer le nez avec une solution saline. Lorsque la congestion nasale persiste après rinçage du nez, Nesivine sine conservans peut être utilisé.

POSOLOGIE ET MODE D'ADMINISTRATION : Nesivine sine conservans ne contient aucun agent conservateur.

Posologie : Nesivine sine conservans peut être utilisé pendant maximum 5 jours consécutifs. Il faut respecter un intervalle de 5 à 6 heures entre chaque utilisation de Nesivine. **Nesivine 0,05 % sine conservans pour adultes et enfants à partir de 7 ans :** Administrer 1 pulvérisation dans chaque narine, 2 à 3 fois par jour. Une seule utilisation par jour du spray nasal Nesivine 0,05% s'avère généralement suffisante ; si nécessaire, on peut utiliser le spray nasal 2 à 3 fois par jour. La dose maximale est de 1 pulvérisation par prise, et de 3 pulvérisations par jour dans chaque narine.

Mode d'administration : Solution pour pulvérisation : Enlever le capuchon. Lors de la première utilisation, activer quelques fois la pompe jusqu'à obtention d'une pulvérisation régulière. Introduire le pulvérisateur dans la narine et appuyer une fois ; inspirer simultanément par le nez. Après utilisation, nettoyer le pulvérisateur et refermer avec le capuchon. En cas d'utilisation prolongée ou abusive, il existe un risque d'atrophie de la muqueuse nasale, ainsi que d'hyperémie réactive importante lorsque l'activité diminue.

CONTRE-INDICATIONS : Hypersensibilité à la substance active ou à l'un des excipients. La rhinite sèche, une hypersensibilité à l'oxymétazoline et aux amines sympathicomimétiques constituent des contre-indications. Enfants de moins de 7 ans.

EFFETS INDÉSIRABLES : Selon les données issues d'études cliniques, les effets indésirables sont peu fréquents et leur mention provient d'un faible nombre de patients. Les effets ayant été signalés aux doses thérapeutiques/recommandées au cours de la large expérience acquise après la mise sur le marché du médicament, et considérés comme étant attribuables à ce médicament, sont donc mentionnés ci-dessous. Étant donné que la plupart des effets indésirables ont été spontanément signalés après la mise sur le marché,

il est impossible de fournir une estimation précise de leur fréquence de survenue (fréquence indéterminée ; ne peut être estimée sur la base des données disponibles). Affections respiratoires, thoraciques et médiastinales : Inconfort nasal (sensation de brûlure au niveau de la muqueuse nasale), Sécheresse nasale. Éternuements (surtout chez les patients sensibles), Lorsque l'effet se réduit, augmentation de l'œdème de la muqueuse (hyperémie réactive). Epistaxis. Affections du système nerveux : Somnolence, Sédation, Céphalées. Affections cardiaques : Palpitations, Tachycardie. Affections vasculaires : Hypertension. Affections du système immunitaire : Réactions d'hypersensibilité (angio-œdème, éruption cutanée, prurit). Affections psychiatriques : Insomnie, Agitation. Troubles généraux et anomalies au site d'administration: Fatigue, Tachyphylaxie (en association avec une utilisation à long terme ou un surdosage).

Déclaration des effets indésirables suspectés : La déclaration des effets indésirables suspectés après autorisation du médicament est importante. Elle permet une surveillance continue du rapport bénéfice/risque du médicament.

Les professionnels de santé déclarent tout effet indésirable suspecté via le système national de déclaration: Agence fédérale des médicaments et des produits de santé, www.afmps.be, Division Vigilance: Site internet: www.notifieruneffetindesirable.be, e-mail: adr@fagg-afmps.be.

TITULAIRE DE L'AUTORISATION DE MISE SUR LE MARCHÉ : P&G Health Belgium BV/SRL, Temselaan 100, 1853 Strombeek-Bever.

NUMEROS D'AUTORISATION DE MISE SUR LE MARCHÉ : BE272815.

DATE DE MISE A JOUR DU TEXTE: 02/2024.

Des informations sur les rubriques Mises en garde spéciales et précautions d'emploi, Interactions, Fécondité, grossesse et allaitement, Effets sur l'aptitude à conduire des véhicules et à utiliser des machines Surdosage, Propriétés pharmacologiques et Données pharmaceutiques se trouvent dans le Résumé des Caractéristiques du Produit complet.

La PME wallonne qui joue dans la cour des grands pharmas

En région liégeoise, une petite entreprise dont les employées se comptent sur les doigts d'une main s'est affirmée comme maillon essentiel de la chaîne de production des médicaments. Elle permet notamment de déterminer combien de temps vos vaccins peuvent rester hors du frigo.

FRANÇOIS HARDY



Plusieurs chambres de stockage permettent à Q1 Scientific de simuler des conditions de -80°C à $+40^{\circ}\text{C}$, et différents taux d'humidité.

Le long de la E42, les bureaux de Q1 Scientific Belgium sont logés dans un petit bâtiment qui se fond parmi les autres entreprises du zoning. Il joux-

te un hangar tout ce qu'il y a de plus commun, qui abrite le cœur de ses activités. Une discrétion qui plaira sûrement à ses « Big Pharma » de clients, dont on ne parviendra

jamais à obtenir les noms. Mais différents indices, notamment la sécurité qui équipe le bâtiment, indiquent que la PME wallonne joue dans la cour des grands.



DISCRET



CONTINU



CIBLÉ



1
par jour



TECHNOLOGIE
BREVETÉE

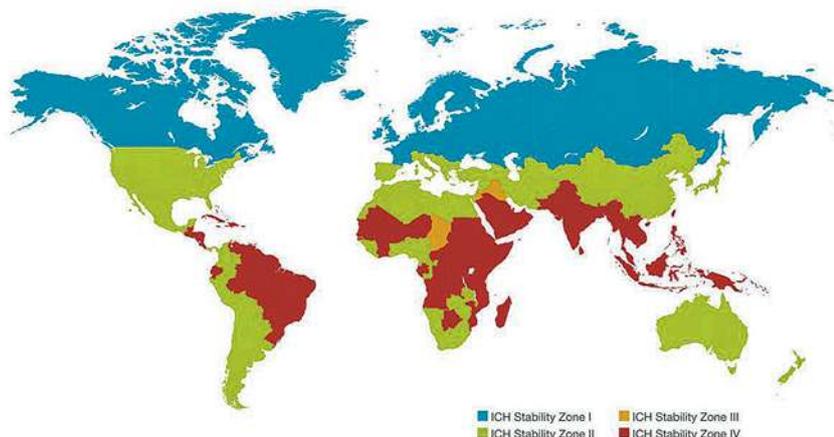
Voltaren Patch Once Daily
140 mg 5 pièces
CNK 4789-814 15,84 €

Voltaren Patch Once Daily
140 mg 10 pièces
CNK 4789-822 27,26 €



Soulage la douleur en cas de foulures,
entorses ou ecchymoses aiguës **jusqu'à 24h!**

DÉNOMINATION DU MÉDICAMENT Voltaren Patch Once Daily 140 mg emplâtre médicamenteux. **COMPOSITION QUALITATIVE ET QUANTITATIVE** Chaque emplâtre médicamenteux contient du diclofénac sous forme de 140 mg de diclofénac sodique. Chaque emplâtre médicamenteux contient 2,90 mg d'hydroxyanisole butylé. (E 320). **FORME PHARMACEUTIQUE** Emplâtre médicamenteux. Emplâtre autocollant blanc de 10x14 cm fait de tissu non tissé d'un côté et de papier de l'autre côté. **DONNÉES CLINIQUES Indications thérapeutiques** Traitement local symptomatique de courte durée (max. 7 jours) de la douleur en cas de foulures, entorses ou ecchymoses aiguës des extrémités après un traumatisme contondant chez les adolescents à partir de 16 ans et les adultes. **Posologie et mode d'administration Posologie Adultes et adolescents à partir de 16 ans :** L'emplâtre médicamenteux doit être appliqué sur la zone douloureuse une fois par jour. La dose quotidienne maximale est de 1 emplâtre par jour, même s'il y a plus d'un traumatisme à traiter. Par conséquent, ne pas traiter plus d'une région douloureuse à la fois. **Durée d'utilisation :** L'utilisation de Voltaren Patch Once Daily doit être la plus courte possible pour soulager les symptômes. La durée d'utilisation ne doit pas dépasser 7 jours. Le bénéfice thérapeutique d'une utilisation plus longue n'est pas démontré. **Population âgée :** Ce médicament doit être utilisé avec prudence chez les patients âgés qui sont plus sujets aux effets indésirables. **Patients présentant une insuffisance rénale ou hépatique :** Pour l'utilisation de Voltaren Patch Once Daily chez des patients présentant une insuffisance rénale ou hépatique. **Population pédiatrique :** La tolérance et l'efficacité de Voltaren Patch Once Daily chez les enfants et les adolescents de moins de 16 ans ne sont pas établies. Si une utilisation du produit de plus de 7 jours est nécessaire pour soulager la douleur, ou si les symptômes s'aggravent, les parents des adolescents/patients sont invités à consulter un médecin. **Mode d'application / d'administration** Voie cutanée. Le produit doit être appliqué uniquement sur une peau intacte et saine et ne doit pas être appliqué lors du bain ou de la douche. Ne jamais découper l'emplâtre. Si nécessaire, l'emplâtre médicamenteux peut être maintenu en place par un filet élastique. Ne pas utiliser l'emplâtre sous un pansement occlusif. **Contre-indications** • Hypersensibilité au principe actif ou à l'un des excipients ; • Hypersensibilité à tout autre médicament analgésique [anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS), y compris acide acétylsalicylique] ; • Antécédents de crise d'asthme, d'urticaire ou de rhinite aiguë provoquées par l'acide acétylsalicylique ou un autre AINS ; • Ulcère peptique évolutif ; • Application sur une peau endommagée, quelle que soit la lésion : dermatite exsudative, plaies ouvertes, brûlures, infections cutanées ou eczéma ; • Pendant le dernier trimestre de la grossesse ; • Chez l'enfant et l'adolescent de moins de 16 ans. **Effets indésirables** Les catégories de fréquence suivantes sont utilisées pour signaler les effets indésirables : Très fréquents : $\geq 1/10$, Fréquents : $\geq 1/100$ à $< 1/10$, Peu fréquents : $\geq 1/1000$ à $< 1/100$, Rares : $\geq 1/10000$ à $< 1/1000$, Très rares : $< 1/10000$, Fréquence indéterminée : Ne peut être estimée sur la base des données disponibles. **Infections et infestations** Très rare : Eruption pustuleuse. **Troubles du système immunitaire** Très rare : Réaction d'hypersensibilité (incluant l'urticaire), œdème de Quincke, réaction de type anaphylactique. **Troubles du système respiratoire, thoracique et médiastinal** Très rare : Crise d'asthme. **Troubles du système cutané ou sous-cutané** Fréquents : Réactions cutanées locales telles que rougeur de la peau, eczéma, érythème, dermatite (incluant dermatite de contact et allergique), prurit, Rare : Dermate bulleuse (par exemple, érythème bulleux), sécheresse cutanée, Très rare : Réactions de photosensibilité **Troubles généraux et anomalies au site d'administration** Fréquent : Réactions au site d'administration. L'absorption systémique du diclofénac après application topique est très faible et les niveaux plasmatiques de diclofénac sont également très faibles comparés aux taux plasmatiques de principe actif observés après l'utilisation de formes orales. La probabilité de survenue d'effets indésirables d'ordre systémique (tels que troubles gastro-intestinaux, hépatiques et rénaux, les réactions d'hypersensibilité) pendant l'utilisation de l'emplâtre semble donc être faible. Cependant, lorsque le diclofénac est appliqué sur une surface de peau étendue et pendant une période prolongée, la possibilité de survenue d'effets indésirables d'ordre systémique ne peut être exclue. **Déclaration des effets indésirables suspectés** La déclaration des effets indésirables suspectés après autorisation du médicament est importante. Elle permet une surveillance continue du rapport bénéfice/risque du médicament. Les professionnels de santé déclarent tout effet indésirable suspecté via : *Pour la Belgique* Agence fédérale des médicaments et des produits de santé, www.afmps.be, Division Vigilance, Site internet: www.notifieruneffetindesirable.be, e-mail: adr@fagg-afmps.be. *Pour le Luxembourg* Centre Régional de Pharmacovigilance de Nancy ou Division de la pharmacie et des médicaments de la Direction de la santé, Site internet : www.guichet.lu/pharmacovigilance. **Mode de délivrance:** Libre. **TITULAIRE DE L'AUTORISATION DE MISE SUR LE MARCHÉ** Haleon Belgium, Da Vincilaan 5, B-1930 Zaventem **NUMÉRO D'AUTORISATION DE MISE SUR LE MARCHÉ** BE: BE662454. LU: 2024030083. Numéros nationaux: 0958352, 0958366, 0958383, 0958397. **DATE DE PREMIÈRE AUTORISATION/DE RENOUVELLEMENT DE L'AUTORISATION** Date de première autorisation : 10/04/2024. **DATE DE MISE À JOUR DU TEXTE/D'APPROBATION DU TEXTE** Date d'approbation: 10/2024. **DATE OF CREATION** 01/2025. Trademarks are owned by or licensed to the Haleon group of companies. ©2025 Haleon group of companies or its licensor. Haleon Belgium. PM-BE-VOLT-24-00053.



Filiale du mastodonte américain Cambrex, l'Irlandaise Q1 Scientific propose des solutions de stockage sous conditions contrôlées de température et d'humidité, essentielles pour garantir la stabilité des médicaments et dispositifs médicaux. Ces données sont indispensables à l'obtention des autorisations de mise sur le marché délivrées par les autorités réglementaires. «*Nous contribuons directement à établir la durée de conservation et les conditions de stockage des produits, données qui impactent aussi bien les médecins que les pharmaciens*», explique Cécile Jacoby, general manager de Q1 Scientific Belgium. L'implantation à Villers-le-Bouillet (non loin de Huy) est le premier (et unique) site continental européen du groupe.

Ces principes s'appliquant tant aux vaccins qu'aux autres médicaments injectables tels que les stylos d'insuline.

La logistique et le stockage en officine pharmaceutique reposent également sur ces données. Dans des situations d'urgence, comme une panne de réfrigérateur, Q1 Scientific pourrait d'ailleurs bientôt proposer un service de secours permettant de transférer les produits vers ses installations sécurisées en moins de 24 heures, ce qui pourrait éviter de coûteuses pertes ou ruptures de stock.

Par consensus international, le monde a été divisé en quatre zones de conditions climatiques (voir carte ci-dessus). Le site de Villers-le-Bouillet abrite plusieurs chambres de stockage capables de toutes



Q1 Scientific se concentre sur le stockage et le suivi des échantillons, grâce à un système électronique de gestion des données.

grâce à un système électronique de gestion des données. «*Nous garantissons une traçabilité complète des produits tout au long des études, avec un accès sécurisé aux données via un portail en ligne*», précise Cécile Jacoby.

DE BONNES PERSPECTIVES DE CROISSANCE

Depuis son acquisition par le groupe américain Cambrex en 2022, Q1 Scientific a renforcé ses capacités en Europe. Le site belge est appelé à quadrupler sa superficie pour répondre à la demande croissante, notamment de la part de sociétés biotechnologiques belges et internationales. «*Nous sommes également en cours de certification GDP (Good Distribution Practice), ce qui élargira nos services au stockage de produits destinés à des essais cliniques ou au commerce*», ajoute Cécile Jacoby.

Q1 Scientific Belgium ne travaille pas seulement avec les grandes entreprises pharmaceutiques. «*Nous collaborons aussi avec des start-ups et des PME, en proposant des solutions adaptées à leurs besoins spécifiques. Notre modèle basé sur le 'pay-per-use' permet de réduire les coûts pour les petites structures*», souligne sa directrice. À noter encore que les initiatives wallonnes BioWin et de l'Awex ont permis à la PME de se ménager cette place clé dans le paysage biopharmaceutique wallon. **+**

« Nos études permettent de déterminer jusqu'à quel point un produit peut tolérer des variations de température ou d'humidité sans altération de ses propriétés thérapeutiques. »

DES DONNÉES IMPORTANTES POUR LES SOIGNANTS

Pour les médecins, la stabilité d'un produit pharmaceutique est un gage de fiabilité. Un vaccin dont les conditions de conservation sont mal respectées perd de son efficacité. «*Nos études permettent de déterminer jusqu'à quel point un produit peut tolérer des variations de température ou d'humidité sans altération de ses propriétés thérapeutiques*», poursuit Cécile Jacoby.

les simuler, jusqu'aux plus extrêmes (de -80 °C à +40 °C, avec différents taux d'humidité). Ces infrastructures permettent des études variées: la stabilité à long terme, sous conditions accélérées, les cycles de congélation-décongélation, ou encore la photostabilité, de plus en plus demandée avec le réchauffement climatique. Q1 Scientific ne réalise pas les analyses chimiques des produits. Elle se concentre sur le stockage et le suivi des échantillons,

Focus sur les Infections des voies respiratoires supérieures légères

(IVRS) ('Mild Upper Respiratory Tract Infections' - MURTI 's)

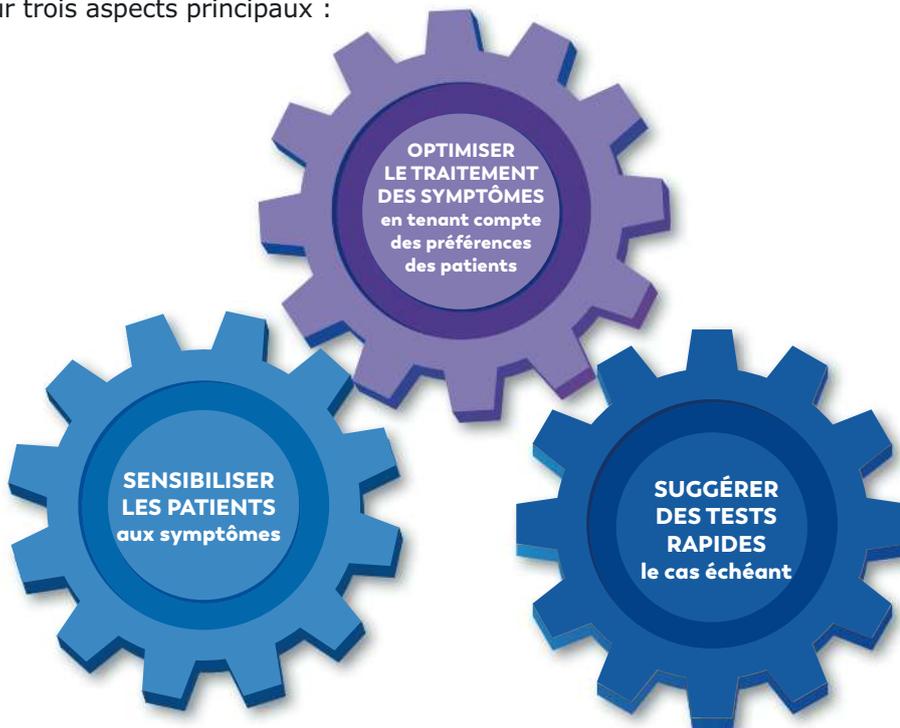
Document de position*

Traitement des infections des voies respiratoires supérieures légères : un document de position avec des recommandations des meilleures pratiques

Smith A, Kardos P, Pfaar O, Randerath W, Estrada Riobobos G, Braido F, Sadofsky L.
Drugs Context. 2023;12:2023-4-2.

* Panel international d'experts multidisciplinaires composé de pharmaciens, de médecins et de scientifiques de diverses disciplines, notamment la psychologie de la santé, la médecine respiratoire, l'ORL, l'allergologie et la médecine du sommeil

Un document de position récent a examiné la pathogénèse et le traitement des infections des voies respiratoires supérieures légères. Ce document de position propose un guide pour le traitement de ces patients en se concentrant sur trois aspects principaux :



Surfez sur

<https://course.roulartahealthcare.be/rhc/infectionsdesvoiesrespiratoires>

ou scannez ce code pour accéder à :

- un résumé vidéo de ce document de position
- de courtes interviews avec certains des experts de ce document de position : Dr. Kardos, Dr. Sadofsky et Prof. Dr. Randerath
- des modules d'apprentissage utiles sur les sujets abordés dans ce document, par ex. : l'impact du stress et du sommeil sur notre système immunitaire, les phases d'un rhume et leur traitement, ou les virus qui provoquent ces IVRS

WEBINAIRE avec:



Prof Dr Peter Hellings
(Médecin spécialiste en ORL)



Dr Kevin Raemdonck
(Médecin généraliste)



Phn. Ann Herzeel
(Pharmacienne)

Dans ce webinaire, ces 3 experts belges expliquent leur points de vue :

- Qu'est-ce qu'une **infection des voies respiratoires supérieures légères** ?
- Quels **prestataires** de soins devraient être impliqués dans la gestion ?
- Comment ces infections peuvent-elles être **prises en charge** ?



Surfez sur

<https://course.roulartahealthcare.be/rhc/infectionsdesvoiesrespiratoires-webinar>

ou scannez ce code

La pharmacie à l'heure de la révolution numérique

Dossier médical partagé, robotisation, présence en ligne... Le-santé transforme le métier de pharmacien, tant pour gérer l'officine que pour interagir avec les patients. Quels sont les défis et les avantages de la santé numérique? Réponse avec Robin Crunenberg, pharmacien et docteur en santé publique à l'ULiège.

MARTINE Versonne

Le Pharmacien: Quel rôle l'informatique et les technologies jouent-elles dans l'évolution de la pharmacie?

Robin Crunenberg: De manière générale, les pharmaciens ont toujours eu un petit peu d'avance dans l'informatique, même s'ils la perdent un peu avec l'arrivée de l'IA. Par exemple, le dossier pharmaceutique partagé existe depuis plus de dix ans, alors que ce type d'outil est apparu plus récemment au sein des hôpitaux, des maisons médicales, etc.

Avec le plein partage de ces informations, notamment grâce au Réseau santé wallon, Vitalink et le Réseau santé bruxellois, la pharmacie s'ouvre aux autres professions. Désormais, le pharmacien ne se contente plus de collecter des données afin de les utiliser pour de meilleurs soins pharmaceutiques mais pour améliorer la santé du patient.

Ce partage entre les dossiers médicaux et pharmaceutiques arrive petit à petit...

Les pharmaciens ont demandé l'accès à des données utiles, légitimes pour réaliser des soins pharmaceutiques qualitatifs. Par exemple, la lettre de sortie d'hôpital, généralement adressée par un médecin à un confrère, est aussi importante pour le pharmacien. Actuellement, nous n'y avons pas encore accès. Ça nous est promis moyennant certaines contraintes: l'accès n'est pas automatique, il n'y a pas de réelle in-



Ne pas exister en ligne, c'est potentiellement ne pas offrir aux patients le meilleur service possible.

tercommunication entre le logiciel métier des pharmaciens et les plateformes régionales ou fédérales.

Il y a toujours une forme de résistance au partage des données avec le pharmacien, même s'il y a des améliorations, c'est un chemin très laborieux où l'intérêt du patient est parfois mis au second plan par rapport aux intérêts de chaque profession.

Un grand pas vient néanmoins d'être franchi pour les données de la vaccination...

Effectivement, les vaccinations sont répertoriées au sein d'un même coffre-fort. Ce n'était pas le cas avant, principalement pour des raisons de réticence sectorielle. Je ne cible pas particulièrement les médecins, je comprends ces positions, néanmoins je trouve que le patient n'est pas assez souvent mis au premier plan.

ROBOT & CO

La digitalisation de l'officine concerne aussi la gestion des stocks, la robotisation... C'est un passage obligé ?

Aujourd'hui, rénover sans envisager de robotiser, ça n'a pas de sens parce que c'est le meilleur investissement qu'un pharmacien puisse faire dans une rénovation. Un robot assure des tâches simples et répétitives, ce qui permet de dégager du temps et des ressources humaines pour réaliser des tâches à valeur ajoutée comme les revues de médication, les BUM..., qui nécessitent beaucoup de temps et d'expertise.

Va-t-on vers plus de pharmacie en ligne, vers la téléconsultation ?

La pharmacie en ligne, c'est bien, mais est-ce de la pharmacie ? C'est surtout de la vente. Or, la pharmacie, c'est avant tout un contact entre un patient et un prestataire de soins. Le pharmacien de proximité connaît ses patients et ce contact ne se traduit pas uniquement au travers d'un dossier médical partagé, ni de symptômes exprimés oralement ou d'une image renvoyée par caméra. Je ne vois pas une machine effectuer ce suivi de l'état physique et cognitif

des patients, ni même un pharmacien pour une chaîne de pharmacie en ligne.

Par exemple, on évoque souvent la digitalisation de la garde : « Ne pourrait-on pas mettre un robot pour délivrer les ordonnances pendant les gardes ? » Si le pharmacien se limite aux aspects purement factuels, sans regard critique à exercer sur une prescription, c'est réduire le patient à des données, ce qui n'est pas possible. La proximité avec le patient est nécessaire à l'exercice de toute profession médicale.

Le pharmacien de proximité connaît ses patients et ce contact ne se traduit pas uniquement au travers d'un dossier médical partagé, ni de symptômes exprimés oralement ou d'une image renvoyée par caméra.

La présence en ligne est-elle indispensable pour les pharmaciens ?

Oui, ne pas exister en ligne c'est potentiellement ne pas offrir aux patients le meilleur service possible. Il peut s'agir d'une simple visibilité. Par exemple, faire un post Facebook pour signaler qu'on est de garde : c'est fournir un service qualitatif au travers des médias sociaux. Autre exemple, en voyage, on va sur Google pour trouver les pharmacies locales, leur numéro de téléphone, les heures d'ouverture (à jour), un lien qui renvoie vers la pharmacie et ses réseaux sociaux... La pharmacie c'est une plateforme de services disponibles 24/24, 7/7, le pharmacien est l'acteur de soins le plus accessible et il faut que cette accessibilité soit maintenue. La présence en ligne est donc un passage obligé, d'autant qu'elle fait partie d'une capacité à servir une population jeune.

En revanche, les sites de vente en ligne ne sont pas une obligation. C'est souvent perçu comme un canal de vente complémentaire, je pense que c'est la bonne façon de le percevoir parce que se dire qu'on va concurrencer Farmaline et Newpharma, sans un modèle de business différent d'eux, ce n'est pas envisageable.

L'HEURE À L'IA ?

Quel est l'apport spécifique de l'intelligence artificielle (IA) en pharmacie ?

Croiser des données pour vérifier l'absence d'interaction, de double médication... c'est déjà des choses qui se font. Le pharmacien peut aussi utiliser l'IA pour alléger les processus administratifs ou créatifs à faible valeur ajoutée. Par exemple, répondre automatiquement à des e-mails, simplifier sa gestion administrative, réaliser des posts Facebook...

Si on voit vraiment le métier dans sa forme la plus noble, donc l'interaction avec le patient et la collecte d'informations non verbales et non visuelles, c'est quelque chose qu'on ne peut pas digitaliser. On ne ferme pas la porte mais, pour moi, c'est quelque chose qui n'a pas encore vocation à nécessiter ou à amener l'utilisation de l'IA. Si on ne perçoit pas la valeur ajoutée du pharmacien, alors oui, l'IA est tout à fait utilisable.

L'e-santé c'est aussi les apps mobiles, notamment celle qui donne accès aux prescriptions...

C'est une très bonne chose, plus on implique le patient dans sa santé et dans sa capacité à gérer sa santé, mieux c'est. Et l'application Mes médicaments était un chaînon manquant... Désormais, le patient garde une vision sur ses prescriptions. 🔄

Flexagile®

RÉSUMÉ DES CARACTÉRISTIQUES DU PRODUIT.

DÉNOMINATION DU MÉDICAMENT: Flexagile crème.

COMPOSITION QUALITATIVE ET QUANTITATIVE: Flexagile crème contient 35,0 g d'extrait éthanolique liquide purifié à 60 % (v/v) de consoude (*Symphytum officinale* L.) [1:2], par 100 g de crème

FORME PHARMACEUTIQUE : Crème

INDICATIONS THÉRAPEUTIQUE : Adultes et enfants à partir de 12 ans : Flexagile crème est utilisé dans le soulagement symptomatique de la douleur locale légère à modérée causée par des lésions musculaires et ligamentaires, p. ex. blessures sportives. **Adultes** : Soulagement symptomatique de la douleur locale légère à modérée due à l'arthrose du genou. Soulagement symptomatique d'un épisode aigu de douleur dorsale haute ou basse légère.

POSOLOGIE ET MODE D'ADMINISTRATION : Voie cutanée pour les adultes et les enfants à partir de 12 ans. Sauf indications contraires, en fonction de la taille de la zone à traiter et de la sévérité des symptômes, appliquer 2 à 6 cm de crème, deux à trois fois par jour. Appliquer Flexagile crème sur la zone à traiter et masser soigneusement jusqu'à pénétration complète de la crème. En cas de plaintes plus sévères, on peut appliquer un bandage sur la crème. Dans ce cas, appliquer 10 à 20 g de crème par jour et recouvrir d'un bandage adapté. Continuer à appliquer la crème jusqu'à la disparition des symptômes ou selon l'avis du médecin. Ne pas utiliser Flexagile crème pendant plus d'un mois. Il n'y a pas de données sur la sécurité et l'efficacité de Flexagile en cas d'utilisation à long terme. **Population pédiatrique :** La sécurité et l'efficacité chez les enfants âgés de moins de 12 ans n'ont pas encore été établies. Seules des données limitées sont disponibles. Sauf en cas d'autre prescription, la posologie pour les enfants à partir de 12 ans est la même que pour les adultes.

CONTRE-INDICATIONS : Hypersensibilité à la consoude, aux parabènes, à l'huile d'arachide ou au soja, à la substance active ou à l'un des excipients.

EFFETS INDÉSIRABLES : Les données issues d'études cliniques, basées sur une exposition limitée, montrent que le signalement d'effets indésirables est peu fréquent. La liste ci-dessous mentionne donc les cas rapportés après la mise sur le marché, observés lors de l'administration de la

dose thérapeutique/recommandée et considérés comme imputables au médicament. La plupart des effets indésirables étant basés sur des notifications spontanées communiquées après la mise sur le marché, il n'est pas possible d'établir une estimation précise de la fréquence. Les excipients peuvent provoquer des réactions cutanées locales. L'utilisation de la crème peut provoquer des réactions d'hypersensibilité. Ces réactions d'hypersensibilité peuvent consister en réactions cutanées au site d'administration. Dans de rares cas, des réactions d'hypersensibilité systémiques peuvent également se produire. Les effets indésirables sont énumérés ci-dessous par classe de systèmes d'organes : **Affections du système immunitaire :** Réactions d'hypersensibilité systémiques au niveau de la peau (ne se limitant pas au site d'application), du tractus gastro-intestinal, des yeux ou du système respiratoire. Réactions d'hypersensibilité au site d'application. **Affections de la peau et du tissu sous-cutané :** Dermite de contact, douleur, eczéma, prurit, éruption cutanée, sensation de brûlure au niveau de la peau, érythème. Un avis médical est requis en cas de cas grave. **Déclaration des effets indésirables suspects :** La déclaration des effets indésirables suspects après autorisation du médicament est importante. Elle permet une surveillance continue du rapport bénéfice/risque du médicament. Les professionnels de santé déclarent tout effet indésirable suspecté via : Agence fédérale des médicaments et des produits de santé, www.afmps.be. Division Vigilance: Site internet: www.notifieruneffetindesirable.be, e-mail: adr@fagg-afmps.be.

TITULAIRE DE L'AUTORISATION DE MISE SUR LE MARCHÉ: P&G Health Belgium BV/SRL, Temeelaan 100, 1853 Strombeek-Bever.

NUMÉRO(S) D'AUTORISATION DE MISE SUR LE MARCHÉ : BE375961. **MODE DE DÉLIVRANCE :** Délivrance libre.

DATE DE MISE À JOUR DU TEXTE : 04/2024

Flexagile®

Flexagile 50g : 11,00 €

Flexagile 100g : 18,99 €

Flexagile 150g : 26,99 €

Votre **solution de première ligne** pour le **soulagement de la douleur locale**¹

Bien que les anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS) oraux ou topiques soient souvent recommandés, ils ne **conviennent pas à tout le monde et peuvent parfois provoquer des effets secondaires** tels que des effets secondaires gastro-intestinaux². Le risque de ces effets secondaires augmente avec l'âge³.

Flexagile, avec le pouvoir de la consoude pour les douleurs musculaires, articulaires et le mal de dos aigu¹



Flexagile est efficace contre divers types de douleurs locales¹ et est bien toléré par le corps. *^{8,9,10}

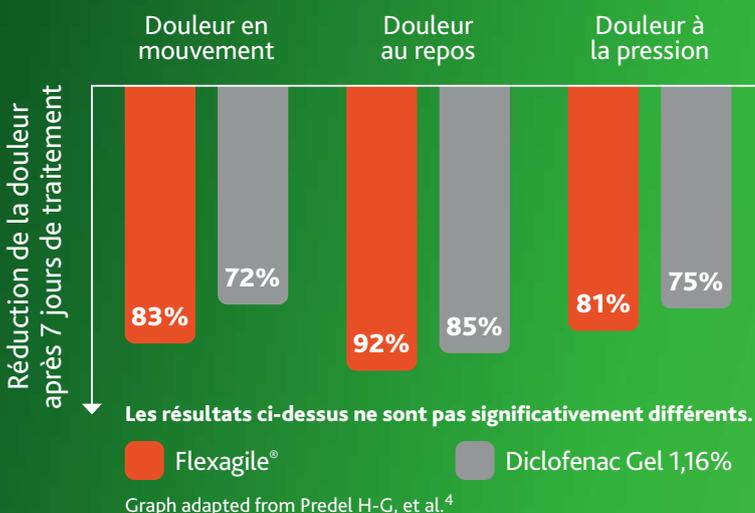
Il a été cliniquement prouvé qu'il est aussi efficace pour soulager la douleur que le diclofénac diéthylamine⁴

Pas d'inhibition de la COX-1⁵; maintien de l'activité gastroprotectrice⁶

La COX-1 joue un rôle important dans la protection de la muqueuse gastrique par la production de prostaglandine, qui contribue à protéger la muqueuse gastrique⁶

Combinable avec d'autres médicaments⁷

Comme les AINS et le paracétamol par voie orale



1. RCP 04/2024

2. Ghlichloo I, Gerriets V. Nonsteroidal Anti-inflammatory Drugs (NSAIDs). 2022 May 19. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2022 Jan.

3. Wongrakpanich S, Wongrakpanich A, Melhado K, Rangaswami J. A Comprehensive Review of Non-Steroidal Anti-Inflammatory Drug Use in The Elderly. Aging Dis. 2018;9(1):143-150.

4. As tested for Ankle sprain pain reduction in a clinical study in comparison to Diethylamine Diclofenac Gel – Predel H-G et al. Phytomedicine 2005;12:707-14.

5. Seigner J et al(2019) A Symphytum officinale Root Extract Exerts Anti-inflammatory Properties by Affecting Two Distinct Steps of NF-KB Signaling. Front. Pharmacol. 10:289.

6. Simon LS. Role and regulation of cyclooxygenase-2 during inflammation. Am J Med. 1999 May 31;106(5B):375-425. doi: 10.1016/s0002-9343(99)00115-1. PMID: 10390126.

7. RCP Flexagile 04/2024 : 4.5 Interactions avec d'autres médicaments et autres formes d'interactions. Aucune étude sur les interactions n'a été réalisée.

*Selon les données de sécurité disponibles et telles que rapportées dans les études cliniques où la tolérance a été rapportée par les patients et les médecins comme bonne, très bonne ou excellente.^{8,9,10}

8. Grube et al, Phytomedicine 14 (2007) 2-10. 73.6% of physicians and patients in the verum group rated the tolerance as very good.

9. Predel et al. Phytomedicine 12 (2005) 707-714. A majority of investigators and patients reported tolerability of Flexagile as excellent.

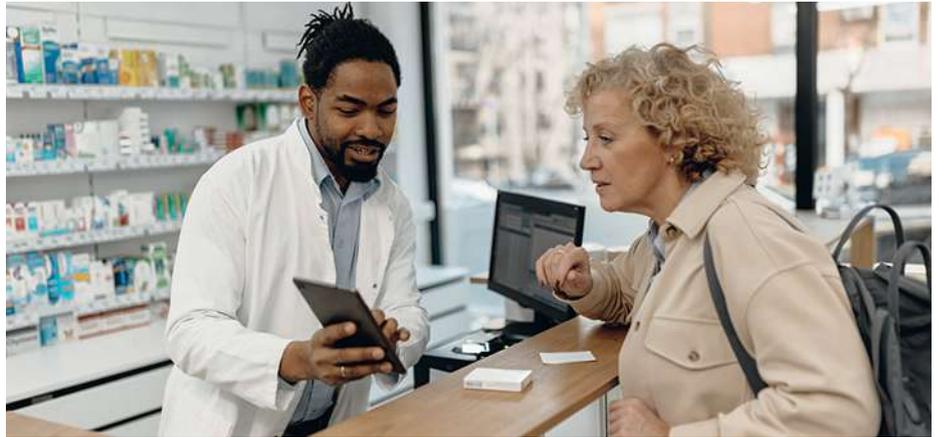
10. Giannetti BM et al. Br J Sports med 2010; 44 :637-641. Both the investigators and the patients rated tolerability of the comfrey ointment as "excellent" or "good" in most cases (98.3% and 95.0%, respectively).

Le pharmacien, clé de la littératie en e-santé

L'évolution de la santé numérique positionne le pharmacien comme un acteur clé pour aider le patient à développer sa capacité à interagir avec l'e-santé.

MARTINE VERRONNE

Pour **Robin Crunenberg**, le pharmacien est toujours un acteur de littératie: «*Il permet au patient d'accéder à des outils d'e-santé. Il conserve son rôle de pédagogue et d'informateur du patient, pas seulement sur les médicaments mais sur tout ce qui concerne son traitement. Par exemple, l'accès à la vaccination: Où visualiser ses vaccinations? Comment accéder au Réseau santé wallon pour voir ses données santé? Ou a contrario s'il ne veut pas partager son dossier médical avec tous les prestataires de soins, s'il ne veut pas que son dossier pharmaceutique partagé*



Pour que le pharmacien devienne formateur à des outils comme Recipe ou le Réseau santé wallon, il faut qu'il y ait des données qu'il peut aller chercher et montrer au patient.

soit activé ou s'il souhaite le désactiver... En dehors de ça, il y a le côté motivationnel: le pharmacien est un acteur de l'adhérence thérapeutique et il existe des outils en e-santé pour aider à la compliance.»

Le Pharmacien: Informer le patient, notamment par rapport à l'accès à ses données santé, nécessite que les pharmaciens soient également formés pour maîtriser les outils numériques et comprendre les enjeux réglementaires associés à l'e-santé...

R. Crunenberg: Oui, les pharmaciens sont un petit peu en avance et en même temps, ils ont avancé un peu tout seul. Ainsi, ils viennent seulement depuis la fin de l'année dernière d'avoir un premier intérêt à se connecter au Réseau santé wallon, notamment pour la lettre de sortie de l'hôpital. Par conséquent, pour que le pharmacien devienne formateur à des outils qui contiennent des données, comme Recipe ou le Réseau santé wallon, pour qu'il soit un véritable éducateur à l'e-santé, il faut qu'il

y ait, dans l'intérêt de sa pratique, des données qu'il peut aller chercher et montrer au patient. Or, ces possibilités commencent seulement à arriver.

Le pharmacien n'a pas encore l'habitude d'aller sur les plateformes parce qu'elles ne lui offrent pas encore, de manière aisée et intégrée, l'accès aux données. On est sur un système multi plateformes qui ne pousse pas le pharmacien à former son patient à accéder à ces outils, parce que lui-même ne se sent pas vraiment concerné.

Il faudrait une information générale pour tous parce que beaucoup de gens ne savent pas où sont leurs données, ce qu'on en fait...

Effectivement, les patients ne savent pas ce qu'on fait avec leurs données. Ceci dit, j'ai pleine confiance dans les outils régionaux et fédéraux pour bien gérer les choses, mais les acteurs commerciaux passent par d'autres chemins pour collecter les données. Il faudrait mettre de l'ordre dans tout ça. ⊕

Recip-e se fait une nouvelle jeunesse numérique

La mise en œuvre de la dématérialisation des prescriptions se poursuit avec le développement d'une nouvelle application Recip-e prévue pour 2026 et par la digitalisation des prescriptions de renvoi.

MARTINE VERRONNE

Pour Recip-e, l'objectif est clair : contribuer à des soins de santé plus qualitatifs, à une plus grande responsabilisation des patients et à une coopération multidisciplinaire plus efficace. À côté du chantier toujours en cours de la digitalisation des prescriptions de renvoi, l'année 2024 a surtout été marquée par des avancées relatives aux prescriptions électroniques pharmaceutiques pour les médecins. «*Les pharmaciens sont les plus avancés en ce qui concerne la digitalisation de la santé, du stock à la vente, sauf pour la prescription de renvoi de la bandagisterie qui sera digitalisée en 2026-27*», explique **Katrien Thorré**, directrice de Recip-e.



L'évolution technique relative au passage du cryptage des données à leur pseudonymisation devrait offrir plus de possibilités pour contrôler la qualité des informations envoyées à Recip-e : le patient existe-t-il/

ouvre une prescription, le pharmacien pourra aussi consulter les allergies du patient, etc. On pourra donc faire le lien avec d'autres projets en e-Health, de sorte que le pharmacien aura accès à plus d'informations que les seules données de Recip-e», ajoute-t-elle. L'agenda prévoit qu'en février 2026, tous les pharmaciens soient équipés pour recevoir les prescriptions au format FHIR. Les médecins devraient pouvoir prescrire dans ce format en mai 2026, la fin des prescriptions Kmehr étant prévue pour juin 2027.

CONFIDENTIALITÉ ?

«*Par ailleurs, ces données pourront aussi être utilisées pour faire de la recherche et éventuellement orienter les politiques en santé, sans compromettre la confidentialité des données personnelles.*»

La question du consentement éclairé du patient se pose néanmoins de plus en plus. Katrien Thorré affirme qu'il reste propriétaire de ses données. «*Sur masanté.be, il peut choisir de partager ou non ses données. Dans le groupe de travail communication, on sensibilise les prestataires de soins et les partenaires comme l'Inami, les mutuelles et les organisations de patients à leur rôle d'information des patients sur leurs droits.*»

«*Le but c'est que la nouvelle application facilite le travail du pharmacien et que tout le monde collabore avec le patient parce que c'est autour de lui que les soins doivent se faire*», conclut-elle. 📍

«*La base de données des licences des médecins sera liée à Recip-e, on saura donc si le médecin peut encore pratiquer et si la prescription peut encore être exécutée.*»

INTEROPÉRABILITÉ ?

«*Comme on est en train d'élaborer une nouvelle application dans un autre standard technologique (FHIR, Fast Healthcare Interoperability Resources), c'est aussi le moment de faire des adaptations.*» Cette mutation ouvre les portes à l'échange de données, notamment à l'international.

est-il toujours en vie ? Le médicament existe-t-il/est-il commercialisé ? Le prescripteur a-t-il une licence valide ? Les règles de prescription ont-elles été suivies ? ...

«*La base de données des licences des médecins sera liée à Recip-e, on saura donc si le médecin peut encore pratiquer et si la prescription peut encore être exécutée. Quand il*

N'hésitez plus à notifier les effets indésirables

Lors de la 7e journée de la Vigilance organisée par l'AFMPS, le 12 décembre dernier, l'Agence s'est interrogée sur la façon dont l'intelligence artificielle va transformer le développement des médicaments et la pharmacovigilance.

MARTINE VERRONNE

Si les notifications des effets indésirables sont essentielles dans l'absolu, elles le sont encore plus dans un contexte de montée en puissance de l'intelligence artificielle (IA). Raison pour laquelle Jamila Hamdani (cellule pharmacovigilance, AFMPS) a invité les professionnels de la santé à ne pas hésiter à rapporter tous ceux qu'ils constatent en consultation, en pharmacie et à l'hôpital. Divers outils permettent de le faire : le site de l'AFMPS (www.fagg-afmps.be), le site www.notifieruneffetindesirable.be ou l'adresse e-mail ADR@fagg-afmps.be. Elle a rappelé la forte croissance du nombre de notifications pendant la pandémie : en 2021, 11.337 notifications ont été faites par des professionnels de santé, et 24.965 par des patients. Des chiffres qui sont redescendus respectivement à 323 et 437 en 2024 (au 30 juin).

«L'IA n'est rien sans données», a insisté **Thierry Roisin** (politique de vigilance, AFMPS). «Proportionnellement à sa population, la Belgique n'a pas un nombre de notifications suffisant par rapport à d'autres pays. Pendant la pandémie, on a observé une forte augmentation du nombre de notifications, mais on démarrait de très bas. Améliorer cette situation est un véritable défi.»

LA QUALITÉ PLUTÔT QUE LA QUANTITÉ

«En Belgique, on a moins de notifications que dans d'autres pays mais, en général, elles sont de meilleure qualité. Particulière-

ment durant la pandémie, notre pays a rapporté des signaux basés sur des cas nationaux qui étaient suffisants pour une confirmation et une évaluation au niveau européen par le Prac (Pharmacovigilance Risk Assessment Committee, EMA) et qui ont changé la façon dont on a utilisé certains vaccins», explique le Pr **Jean-Michel Dogné** (UNamur, EMA). Voilà pourquoi il estime que la qualité est parfois plus importante que la quantité.

À côté des voies officielles de notification, les réseaux sociaux et les innombrables discussions qui s'y déroulent ne doivent

la tâche : il existe plus de 80.000 termes MedDRA, patients et professionnels n'utilisent pas le même langage pour notifier, plus de 40.000 effets secondaires ont été rapportés pendant la pandémie...

L'objectif est d'utiliser l'IA pour automatiser le traitement des effets secondaires en convertissant leur description dans les textes libres en *MedDRA Terms*, en se concentrant sur les nouveaux effets secondaires et les notifications importantes. Pour l'instant, l'automatisation totale n'est pas possible, l'IA constitue donc un outil d'aide à la décision.

L'IA est en train de transformer toute l'activité des acteurs de la pharmacovigilance.

pas être négligées : elles constituent une précieuse source d'informations. Encore faut-il pouvoir analyser ce corpus et débroussailler les infos disponibles, par exemple dans les forums de patients. **Cédric Claus** et **Grégory Godard** (ICT, AFMPS) ont présenté un prototype d'IA reconnaissant les termes «MedDRA» (*Medical Dictionary for Regulatory Activities*, EMA) dans les descriptions d'effets indésirables rédigés en texte libre dans les notifications spontanées. Quelques notions permettent de comprendre l'ampleur de

UNE RÉVOLUTION EN MARCHÉ

«Lors d'un symposium sur l'IA à l'EMA, on a parlé du fait qu'actuellement, un nombre limité de cas, même de bonne qualité, proviennent des rapports spontanés. On sait que - surtout pour les vaccins pendant la crise du covid-19 - la majorité des informations étaient discutées sur les réseaux sociaux. Dès lors, comment peut-on les screener ? Pas pour remonter à la personne qui a référé un cas, mais pour identifier si certains événements sont connus ou non», précise Jean-Michel Dogné, en donnant



l'exemple du saignement menstruel largement commenté sur les réseaux sociaux à l'époque.

« La technologie IA révolutionne le développement des médicaments, et plus spécifiquement la surveillance de leur sécurité, et le processus réglementaire, au bénéfice des patients », reconnaît-il. « Avec les algorithmes d'apprentissage automatique, on peut analyser les données plus rapidement pour essayer d'identifier les signaux

de sécurité potentiels plus précocement, et surveiller les effets indésirables des médicaments dans la vie réelle et en temps réel. »

Autre défi posé par l'IA : construire la confiance dans l'explicabilité (également appelée « interprétabilité »). C'est le concept selon lequel un modèle d'apprentissage automatique et ses résultats peuvent être expliqués d'une manière qui « fait sens » pour un être humain. « Si on adopte

l'IA, l'explicabilité est la clé, et le concept de vigilance algorithmique souligne le besoin de transparence du rôle de l'IA dans la prise de décision. On a besoin de données, on a besoin d'informations sur la façon dont les outils d'IA sont utilisés, et comment les réponses associées aux algorithmes et modèles sont proposés pour être au moins expliqués et reproductibles. C'est la responsabilité de toutes les parties prenantes - ceux qui les produisent et ceux qui les évaluent - d'en être clairement informés. Quand les professionnels de la santé comprennent comment l'IA arrive à une conclusion, on peut construire la confiance, pas seulement avec les cliniciens mais aussi avec les patients », souligne le doyen de la faculté de médecine de l'UNamur.

ÉCOSYSTÈME PLUS COLLABORATIF

« Le futur est excitant en termes de possibilités et d'analyse prédictive. On attend des modèles prédictifs plus sophistiqués, qui peuvent identifier les effets indésirables potentiels en matière de sécurité, basés sur l'historique et les données en vie réelle. L'intégration des données en vie réelle est un outil majeur qui offre une vue plus complète sur la sécurité des médicaments et sur ce que les données cliniques ont pu louper », ajoute Jean-Michel Dogné.

Au niveau européen, c'est le centre de coordination Darwin (*Data Analysis and Real World Interrogation Network*) qui intègre les données en vie réelle et l'analyse prédictive. Il fournit ainsi des preuves fiables sur l'utilisation, la sécurité et l'efficacité des médicaments à usage humain, à partir de bases de données réelles sur les soins de santé dans l'Union européenne. De quoi permettre à l'EMA et aux autorités nationales compétentes d'utiliser ces données tout au long du cycle de vie d'un médicament. 📍

Vicks VapoRub : € 12,68

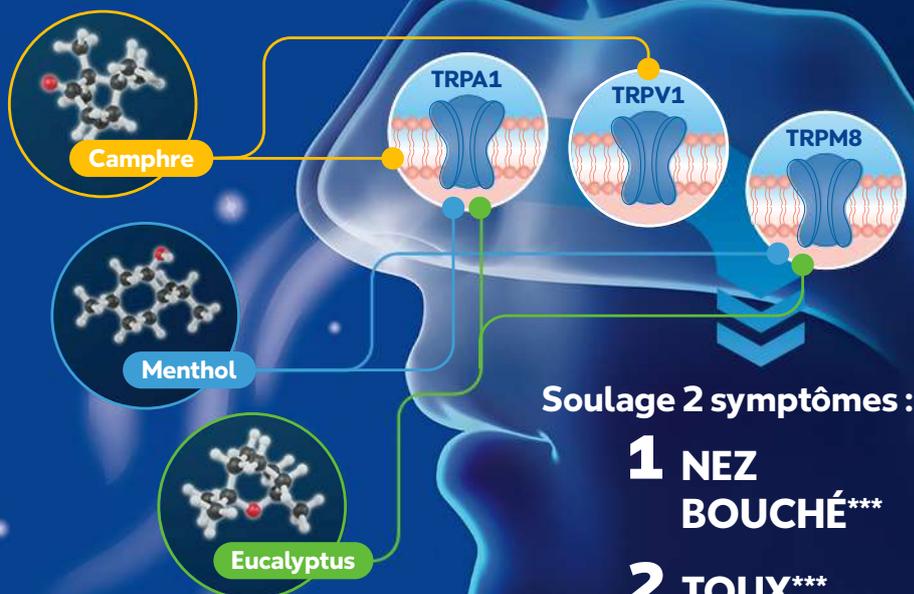


“VOS SYMPTÔMES DE RHUME S’AGGRAVENT-ILS LA NUIT?”

QUOI QUE VOUS RECOMMANDIEZ, VOUS POUVEZ TOUJOURS AJOUTER VICKS VAPORUB*

VICKS VAPORUB SOULAGE 2 SYMPTÔMES DU RHUME¹, POUR UNE BONNE NUIT DE SOMMEIL²

Les vapeurs thérapeutiques³ ciblent différents canaux thermo-TRP^{**4} répartis dans les voies respiratoires supérieures et soulagent toute une série de symptômes du rhume.



ER - POG Health Belgium SRL - Temselaan 100, B-1053 Strombeek-Bever - MAT-BE-VICKS-24-000036-10 /2024

* L'UTILISATION EN ASSOCIATION AVEC D'AUTRES MÉDICAMENTS DOIT ÊTRE DISCUTÉE AVEC UN MÉDECIN OU UN PHARMACIEN. AUCUNE INTERACTION N'EST CONNUE AVEC D'AUTRES MÉDICAMENTS CONTRE LA TOUX ET LE RHUME. VICKS VAPORUB® RCP 03/2021: 4.5 INTERACTIONS AVEC D'AUTRES MÉDICAMENTS ET AUTRES FORMES D'INTERACTION. AUCUNE ÉTUDE D'INTERACTION N'A ÉTÉ RÉALISÉE.
 ** TRP = TRANSIENT RECEPTOR POTENTIAL CATION CHANNELS. CONNUES POUR ÊTRE DES FACTEURS CLÉS DE LA TOUX ET DE L'INFLAMMATION DES VOIES RESPIRATOIRES. VOIR LA RÉFÉRENCE 4 POUR PLUS DE DÉTAILS.
 *** ASSOCIÉS À UN RHUME
 1. Vicks VapoRub® SKP 03/2021. 2. Santhi N, Ramsey D, Phillipson G, Hull D, Revell VL, Dijk D-J. (2017) Efficacy of a topical aromatic rub (Vicks VapoRub®) on effects on self-reported and actigraphically assessed aspects of sleep in common cold patients. OJRD 7: 83-101. 3. Les vapeurs thérapeutiques sont un mélange de lévomenthol, camphre, huile d'eucalyptus et huile de térébenthine comme principaux ingrédients actifs et sont inhalées après application sur la poitrine et/ou le dos ou après mélange avec de l'eau. Les interactions des récepteurs TRP ne sont indiquées que pour les molécules les plus étudiées. 4. Stinson RJ, Morice AH, Sadofsky LR. Modulation of transient receptor potential (TRP) channels by plant derived substances used in over-the-counter cough and cold remedies. Respir Res. 2023 Feb 8;24(1):45.

VICKS

DENOMINATION DU MEDICAMENT: Vicks VapoRub, pommade. **COMPOSITION QUALITATIVE ET QUANTITATIVE:** 1 cuillère à café (6 g) contient: camphre 300 mg, huile essentielle de térébenthine 300 mg, menthol 165 mg, huile essentielle d'eucalyptus 90 mg, thymol 15 mg. **FORME PHARMACEUTIQUE:** Pommade. **INDICATIONS THÉRAPEUTIQUES:** Traitement symptomatique du rhume, de la congestion nasale et de la toux associés à un rhume. **POSOLOGIE ET MODE D'ADMINISTRATION:** **En application cutanée:** *Posologie: Adultes et enfants de plus de 7 ans:* une à deux cuillères à café, 2 à 3 fois par jour. *Enfants entre 3 et 7 ans:* utiliser la moitié de la dose, soit une cuillère à café par application. *Enfants de moins de 3 ans:* Vicks VapoRub est contre-indiqué chez l'enfant de moins de 3 ans. **Mode d'administration:** Appliquer sur la poitrine et/ou le dos. Frictionner pendant 3-5 minutes, puis recouvrir d'un tissu. Ne pas utiliser sur une peau endommagée, présentant des lésions ou sur les muqueuses. **Inhalation:** *Posologie: Adultes et enfants de plus de 12 ans:* une cuillère à café. *Enfants de moins de 12 ans:* Vicks VapoRub est contre-indiqué chez l'enfant de moins de 12 ans. **Mode d'administration:** Verser la pommade dans un bol ou inhalateur d'eau très chaude (non bouillante) et inhaler les vapeurs libérées par le nez et la bouche. Ne jamais utiliser de chaleur directe à la préparation. Ne jamais réchauffer (risque de projections lors du réchauffement) ou chauffer le mélange dans le four à micro-ondes. Ne jamais laisser les enfants seuls à cause du risque de brûlures graves par l'eau chaude. **CONTRE-INDICATIONS:** Hypersensibilité aux substances actives ou à l'un des excipients. Patients avec une hypersensibilité aiguë reconnue des voies respiratoires ou asthme. Patients avec des antécédents de convulsions ou d'épilepsie. Ne pas appliquer sur peau endommagée ou présentant des lésions, sur les muqueuses, dans le nez ou sur le visage. L'application cutanée ou l'inhalation sont déconseillées chez l'enfant de moins de 3 ans en raison du risque théorique d'un réflexe d'apnée connu. L'inhalation ne peut pas être utilisée chez l'enfant en dessous de 12 ans. **EFFETS INDÉSIRABLES:** *Affections oculaires:* irritation des yeux (en inhalation). *Affections gastro-intestinales:* vomissements, constipation, nausée. *Affections de la peau et du tissu sous-cutané:* rougeur, irritation de la peau (par inhalation), dermatite allergique. Rarement des légères réactions locales ou des irritations. *Troubles généraux et anomalies au site d'administration:* fréquence indéterminée: brûlures au niveau du site d'application. Par voie d'administration cutanée, l'exposition systémique est très faible et les effets indésirables par l'exposition systémique n'ont pas été observés. **Déclaration des effets indésirables suspectés** La déclaration des effets indésirables suspectés après autorisation du médicament est importante. Elle permet une surveillance continue du rapport bénéfice/risque du médicament. Les professionnels de santé déclarent tout effet indésirable suspecté via le système national de déclaration: Agence fédérale des médicaments et des produits de santé, www.afmps.be, Division Vigilance: Site internet: www.notifieruneffetindesirable.be, e-mail: adr@fagg-afmps.be. **TITULAIRE DE L'AUTORISATION DE MISE SUR LE MARCHÉ:** P&G Health Belgium BV/SRL, Temselaan 100, 1853 Strombeek-Bever. **NUMEROS D'AUTORISATION DE MISE SUR LE MARCHÉ:** BE170965. **MODE DE DELIVRANCE:** Délivrance libre. **DATE DE MISE A JOUR DU TEXTE:** 11/2024.

La diététique préventive

Début janvier, le symposium Resumes (lire encadré) a abordé la thématique de la prévention par le biais de 17 spécialités différentes. Parmi ces dernières, la nutrition. Viridiana Grillo et Stéphanie Tylleman, toutes deux diététiciennes-nutritionnistes, ont rappelé les bases d'une alimentation saine et distillé de nombreux conseils à l'attention des professionnels de soins de santé.

LAURENT ZANELLA

Viridiana Grillo, cheffe du département diététique à la Haute école Léonard de Vinci, débute sa présentation en insistant sur l'équilibre alimentaire. L'équilibre alimentaire repose sur trois piliers : l'aspect quantitatif – « il peut arriver que certains patients en quête de perte de poids ne mangent pas assez » - l'aspect qualitatif et l'ultra-transformation des aliments « qui amène de nombreuses pathologies ».

Les diététiciennes-nutritionnistes se basent sur les recommandations alimentaires du Conseil supérieur de la Santé (2019), elles-mêmes basées sur les *Food Base Dietary Guidelines* développées par les Nations unies. « C'est sur cette base qu'a été créé l'épi alimentaire (voir schéma en page 32) », explique Viridiana Grillo. « L'épi alimentaire aborde les cinq priorités qui sont la base de l'équilibre alimentaire et qui constituent une priorité pour la prévention. »

« Il s'agit d'un chouette outil d'éducation alimentaire », ajoute Stéphanie Tylleman, fondatrice des centres (para)médicaux Dietconsult, qui a déjà présenté l'outil lors du symposium 2024 de Resumes dédié à l'obésité.

LES LÉGUMINEUSES SOUS-CONSOMMÉES

L'experte rappelle d'abord les aliments qui font partie des légumineuses : « Il s'agit des lentilles, des pois chiches, des haricots blancs, des haricots rouges, mais aussi du tofu. Les légumineuses contiennent essentiellement des protéines, des glucides complexes, des fibres, des vitamines B, du Fer et du zinc. Cela bénéficie principalement au bon fonctionnement du microbiote intestinal, avec un effet évident sur la régulation du transit.

Cela bénéficie également à la prévention du risque de développer des maladies cardiovasculaires, le diabète de type 2 et le développement de certains cancers. » La diététicienne-nutritionniste recommande d'en manger l'équivalent d'un poing fermé en termes de quantité journalière. Une recommandation loin d'être atteinte en Belgique. « 19,5 % de la population seulement consomment des légumineuses alors que le Conseil supérieur de la Santé préconise une consommation d'au moins une fois par semaine à la place de la viande. D'autant plus que c'est une source de protéines à la fois durable et à faible coût, contrairement à la viande et au poisson. »

Stéphanie Tylleman s'est ensuite attelée à comprendre pourquoi, en Belgique, on consomme relativement peu ce type d'aliments, pourtant intéressants au niveau santé. « Il y a diverses raisons : le temps de préparation perçu comme trop long, des difficultés digestives chez certains patients sensibles à la présence de galacto-oligosaccharides, des sucres fermentescibles au niveau du colon. Il y a également la méconnaissance de recettes. Culturellement, chez nous, on ne sait pas forcément cuisiner les

légumineuses. Ce qui fait qu'on n'est pas habitué au goût et à la texture des aliments. » Comment intégrer les légumineuses dans l'alimentation ? « Dans les salades et les bowls qui sont assez tendance, mais aussi dans les soupes, les veloutés, dans les plats mijotés et les hachés », répond Stéphanie Tylleman. « Une astuce est par exemple d'inclure 50 % de légumineuses – des lentilles par exemple – à la place de la viande dans une sauce bolognaise ou dans un hachis parmentier. Le houmous fonctionne aussi très bien pour se mettre aux légumineuses. »

LES FRUITS À COQUE ET LES GRAINES

Contrairement aux légumineuses, il n'y a pas trop de résistance des patients à en manger. Mais il y a une méconnaissance des recommandations. « Il est recommandé d'en manger 25 g/jour, soit l'équivalent du creux d'une main par jour. Or, la consommation moyenne de fruits à coque et de graines est de 3 g/jour en Belgique », situe Stéphanie Tylleman. 16 % de la population belge déclarent ne jamais manger de fruits à coque et 52,1 % ne mangent jamais de graines, rappelle en outre le CSS dans son

Resumes, c'est quoi ?

« Resumes, concrètement, est un réseau qui rassemble plusieurs professions de soins dans le but de partager les savoirs et les expériences », explique le Dr Audrey Bonnelance. « Dès sa création fin 2021, Resumes a attiré une quinzaine de soignants de huit disciplines différentes. Rapidement, l'idée a fait son chemin : ce besoin d'échanger n'était pas unique. Aujourd'hui, l'association compte plus de 100 membres issus de 34 disciplines médicales et paramédicales différentes, unis autour de valeurs d'indépendance (notamment vis-à-vis des firmes pharmaceutiques et du pouvoir politique) et de santé positive. »

rapport de 2019. «Souvent, on n'en consomme pas, ou alors beaucoup trop.»

«Au niveau du profil nutritionnel, il faut se rappeler que ce sont des matières grasses, des acides gras insaturés. Ils sont donc caloriques et il est important de respecter le dosage, au risque de prendre du poids. C'est d'ailleurs une excellente manière d'apporter des calories saines aux patients en demande de prendre du poids.»

Côté santé, la consommation de graines et de fruits à coques est principalement bonne pour la santé cardiovasculaire. «C'est également bénéfique pour réguler la glycémie, soutenir le système immunitaire et réduire le risque de certains cancers», ajoute la diététicienne-nutritionniste. Comment les consommer? «Il faut privilégier les fruits à coque non enrobés, non sucrés, non salés. Ils s'intègrent facilement dans l'alimentation (mélanges de céréales, muesli, salades, mais aussi purées à tartiner)», répond Stéphanie Tylleman.

« Culturellement, chez nous, on ne sait pas forcément cuisiner les légumineuses »
- Stéphanie Tylleman

L'ALIMENTATION ET LE CANCER COLORECTAL

Viridiana Grillo s'appuie sur une mini-revue parue en 2021 dans *Hépatogastro et oncologie digestive*^[1] pour aborder la nutrition et la prévention primaire du colorectal. Une autre manière d'aborder les trois pointes restantes du fameux épi alimentaire qui guide la présentation des deux femmes. «Les points importants de la prévention sont diminution d'alcool, de viandes rouges (max 500 g/semaine) et de charcuterie (max 150 g/semaine). Il faut aussi augmenter la consommation de fibres alimentaires. La revue souligne l'effet protecteur des produits laitiers.»

La diététicienne-nutritionniste s'intéresse d'abord à la viande rouge. «Il s'agit de toutes les viandes qui ne sont pas des volailles», recontextualise-t-elle. «Les viandes transformées sont toutes les charcuteries.» Le CSS recommande de consommer maximum 300 g/semaine de viande rouge et 30 g/semaine de viandes transformées. «Si l'on consomme 100 g/jour de viande rouge, le risque de développer un cancer colorectal augmente de 12%. Il augmente de 16% si l'on consomme 50 g/jour de viandes transformées ou de charcuterie.»

Viridiana Grillo aborde ensuite les fibres par le biais des produits céréaliers complets

Flexofytol[®]

FÊTE SES 15 ANS

Articulations, muscles & tendons¹ :

EXIGEZ LE MEILLEUR !

12 études scientifiques²

N°1 depuis 2013³

Excellente tolérance




Tilman[®]

www.flexofytol.be

¹ Le curcuma contribue au maintien de la flexibilité et de la souplesse des articulations et des tendons. Le boswellia contribue au maintien de la flexibilité et de la souplesse des articulations. La vitamine D contribue au maintien d'une fonction musculaire normale. ² Huting-Zeng et al. 2021 ³ IQVIA OTC Jointcare systemic nov 2024

L'ÉPI ALIMENTAIRE

5 PRIORITÉS

POUR MIEUX MANGER

Pensez à votre santé,
mangez varié et équilibré.
Voici les 5 mesures alimentaires
prioritaires pour les adultes.

1 PRODUITS CÉRÉALIERS COMPLETS

Au moins 125 g par jour



2



FRUITS & LÉGUMES

Fruits :
250 g par jour

Légumes :
Au moins 300 g
par jour

4



FRUITS À COQUE & GRAINES

15 à 25 g par jour

3



LÉGUMINEUSES

Au moins 1x par semaine

5



SEL

Limitez le sel en cuisine
et ne salez pas à table

Développé par Food in Action et la Haute École Léonard de Vinci
sur base de l'avis n° 9284 du Conseil Supérieur de la Santé

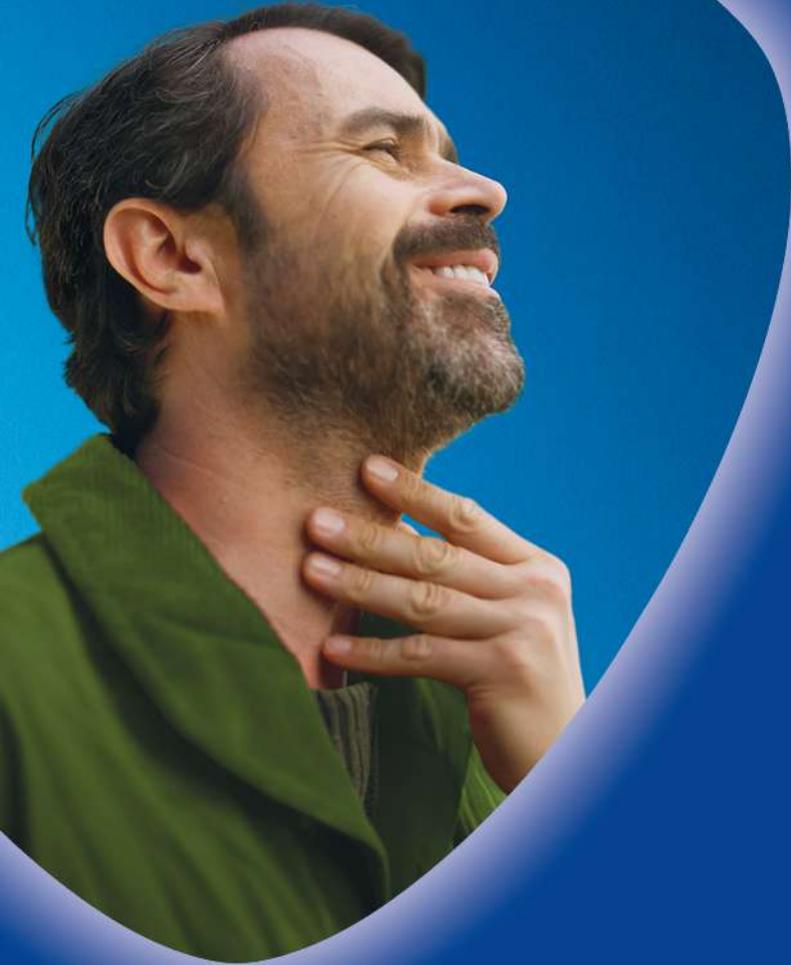
Avec le soutien de l'AVIQ et du SPF Santé Publique

et des fruits et légumes. «Le CSS recommande la consommation de 30 g de fibres par jour. Mais il n'est pas toujours facile de savoir où les trouver. On y est à peine dans 125 g de produits céréaliers complets, la première priorité au niveau de l'épi alimentaire. On en trouve aussi dans les fruits et légumes. On entend souvent 'cinq fruits et légumes par jour', mais en réalité, on conseille de manger 250 g de fruits par jour – soit deux fruits de

la taille d'une pomme – et 300 g de légumes, soit un potage à midi et une portion de légumes le soir par exemple.» En consommer suffisamment diminue le risque de développer des cancers, dont le cancer colorectal. La diététicienne-nutritionniste termine sa présentation par les produits laitiers. «On entend souvent en consultation que le lait, ce n'est pas pour les adultes, ou que ce n'est pas bon pour les enfants. En réalité, ce n'est

pas si mauvais que ça. Il y a des vitamines, des protéines et un effet protecteur, notamment sur le risque de développer un cancer colorectal puisqu'un verre de lait par jour diminue le risque de développer la maladie de 13 %. Ne bannissez donc pas les produits laitiers de votre vie.» 

1. Vanessa Cottet. Nutrition et prévention primaire du cancer colorectal. *Hépatogastro & Oncologie Digestive*. 2021; 28(5): 561-568. doi: 10.1684/hpg.2021.2171



2 EN 1

SENSATION POUR LA GORGE*

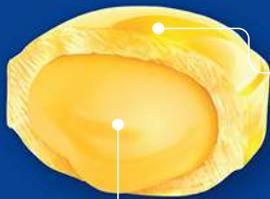
1. RAPIDE^{1*}
2. HYDRATANTE^{1,2,3*}

NOUVEAU

VICKS ProPolis

GALÉNIQUE UNIQUE**

CŒUR LIQUIDE



ENROBAGE RIGIDE :
fond lentement pour
augmenter la salivation et
maintenir la gorge hydratée.^{2,3}

**CŒUR LIQUIDE
UNIQUE**
concentré en Propolis.**

Plus de
90%
des consommateurs
apprécient
le goût^{1*}

DISPONIBLE SOUS 2 FORMES



**PASTILLES
POUR LA GORGE**



SPRAY



16+
4-5 PASTILLES
PAR JOUR



18+
2-3 PULVÉRISATIONS
JUSQU'À 4 X/JOUR



PROPOLIS
D'ORIGINE NATURELLE



SANS SUCRES



VICKS PROPOLIS EST UN COMPLÈMENT ALIMENTAIRE

1. Quantitative consumer research with 49 consumers on Propolis Liquid Core Lozenges, Reading Innovation Centre (UK), Jan 2024. Data on file (available upon request).

2. Eisenrich T, Sullivan D. Tex Dent J. 2012 Jun;129(6):586. PMID: 22866413.

3. Kapila YV, Dodds WJ, Helm JF, Hogan WJ. Dig Dis Sci. 1984 Jun;29(6):528-33. doi: 10.1007/BF01296273. PMID: 6723485

* Uniquement applicable aux pastilles pour la gorge Vicks Propolis.

** Formulation unique en Belgique et au Luxembourg d'un Cœur liquide à base de Propolis.

Comment gérer une agression en officine ?

L'agression en officine ou le fait d'être témoin d'un incident médical peuvent engendrer des traumatismes chez les pharmaciens. Comment les professionnels peuvent-ils mieux gérer ces situations, et pourquoi est-il essentiel d'en parler avec leurs collègues ? Le sujet a été abordé lors d'un webinaire organisé par Médecins en difficulté..

FLORIS CUP

Selon la pédopsychiatre **Annik Lam-po**, un traumatisme ne découle pas nécessairement d'une expérience négative vécue directement. « Être témoin d'une agression peut aussi avoir un impact sur un professionnel de santé, par exemple lorsqu'un parent adopte un comportement agressif envers son enfant, ou lorsqu'une victime partage une expérience traumatisante. Les événements ne doivent pas forcément être menaçants pour la vie, mais ils peuvent générer un profond sentiment d'impuissance, ce qui peut mener à un traumatisme. »

La Dre Lampo souligne que les réactions face à des événements traumatiques varient d'une personne à l'autre. « Il existe une part de subjectivité. On ne peut pas simplement remplir une checklist pour déterminer si une personne souffre d'un traumatisme. La prise en charge d'un événement négatif doit donc se concentrer sur l'élément qui a été le plus marquant pour la personne concernée. »

Sarah Bal, psychologue clinicienne, complète son propos : « Certaines personnes parviennent à surmonter un traumatisme intense, tandis que d'autres se retrouvent totalement bloquées. De plus, les collègues et les employeurs ont souvent une attitude distante face aux personnes en plein processus de guérison, par crainte de les heurter ou de raviver leurs souvenirs douloureux. Pourtant, il est essentiel de parler de l'événement et de réfléchir à la meilleure façon de soutenir la personne concernée dans sa gestion du traumatisme. Malheureusement, le tabou



autour du traumatisme persiste encore largement dans le milieu professionnel. »

IGNORER OU INTERVENIR ?

Comment un professionnel de santé peut-il gérer une situation potentiellement traumatisante, comme une personne agressive ou un propos gravement injurieux ?

Sarah Bal distingue le comportement agressif du comportement transgressif. « Une personne agressive peut, par exemple, crier ou faire une remarque désobligeante. Tandis qu'un comportement transgressif implique une menace physique ou un passage à l'acte.

Dans ce cas, l'agression est directement dirigée contre le professionnel de santé dans le but d'obtenir quelque chose, et ne se limite pas à une simple expression de frustration. »

Elle recommande d'ignorer une première remarque désobligeante à l'égard d'un collègue. « Ne pas réagir permet parfois à la personne de se rendre compte de son erreur, mais ce n'est pas toujours le cas. Si l'agressivité persiste, il faut recadrer la personne et fixer des limites. Si cela ne fonctionne toujours pas, il convient de lui donner le choix entre interrompre la visite et revenir un autre jour ou prendre une courte pause avant

de reprendre la discussion. Enfin, si aucune de ces solutions ne fonctionne, il faut tenter d'amener la personne à quitter les lieux et évaluer par la suite si elle sera toujours la bienvenue à l'avenir. Dans tous les cas, il est essentiel de demander conseil à ses collègues ou de contacter anonymement un organisme tel que l'Ordre des pharmaciens afin de ne pas avoir à prendre la décision seul.»

tel événement a un impact considérable sur un professionnel de santé et peut le marquer durablement. C'est pourquoi il est essentiel d'en parler avec quelqu'un. L'éventuel employeur a également un rôle à jouer en s'impliquant dans la gestion du traumatisme.»

Lorsqu'une personne adopte un comportement physiquement agressif, la priorité

liorer? ». Il ne s'agit pas de donner raison à l'agresseur, mais de montrer que l'on prend en compte sa détresse et que l'on cherche une solution. Il est également crucial de garder le contrôle de la situation et de définir clairement les prochaines étapes.»

La Dr Lampo partage cette approche : « Il faut d'abord reconnaître la charge émotionnelle de la situation. Tant que cette charge n'a pas diminué, il est impossible d'avoir une discussion rationnelle. Ensuite, il est essentiel de fixer des limites claires à l'échange et d'exprimer ce que l'on attend de l'autre pour poursuivre la collaboration. Si l'échange se termine bien, cela permet de garder le contrôle sur ses propres émotions. Mais même après une résolution positive, il est indispensable d'en parler avec ses collègues et son employeur. Notre métier nous confronte régulièrement à des émotions fortes et, en tant que professionnels de santé, nous devons aussi les gérer. Partager son expérience est une étape clé dans la gestion des traumatismes potentiels. » +

« Partager son expérience est une étape clé dans la gestion des traumatismes potentiels. »

L'AGRESSION PHYSIQUE : LA LIGNE ROUGE

Sarah Bal est catégorique : « L'agression physique est une ligne rouge à ne jamais franchir. Dans ce cas, il est impératif de faire appel à la sécurité ou à la police. Un

est de désamorcer la tension au plus vite.

« Le meilleur moyen d'y parvenir est de reconnaître la frustration de la personne en face : Je vois que cette situation est difficile pour vous, que puis-je faire pour l'amé-



NOUVEAU

REMETTEZ DE LA SOUPLESSE DANS VOTRE VIE !



FORTÉ FlexMAX

ARTICULATIONS

vous aide à maintenir confort,
souplesse et mobilité articulaire ⁽¹⁾⁽²⁾⁽³⁾



- **Complexe hautement dosé** composé d'actifs de référence : **glucosamine** (1100 mg), **chondroïtine** (950 mg), **MSM*** (200 mg), **curcuma** (100 mg), **collagène, vitamines et minéraux** (Vit C 100 % VNR** - Vit D 200 % VNR** - Manganèse 50 % VNR** - Sélénium 90 % VNR**)
- **Association de collagène de type I et de type II**
- **Très bonne solubilité**

⁽¹⁾ Le curcuma aide à maintenir la santé des articulations et des os. ⁽²⁾ La vitamine C contribue à la formation normale de collagène pour assurer la fonction normale des cartilages. ⁽³⁾ La vitamine D contribue au maintien d'une ossature normale et d'une fonction musculaire normale. Le manganèse contribue au maintien d'une ossature normale, à la formation normale des tissus conjonctifs. ⁽⁴⁾ Le manganèse et le sélénium contribuent à protéger les cellules contre le stress oxydatif. *MSM = MéthylSulfonjMéthane. ** VNR = Valeurs Nutritionnelles de Référence. Complément alimentaire. Dans le cadre d'une alimentation variée et équilibrée et d'un mode de vie sain.

Comment **investir** en 2025 ?

C'est la question à laquelle une foule de stratégestes et gestionnaires de fonds ont très naturellement répondu au cours des dernières semaines. Avec des hésitations et même quelques contradictions, mais en proposant également plusieurs lignes directrices assez claires. En voici une synthèse.

GUY LEGRAND, EXPERT BOURSE



En janvier 2024, nos confrères de *l'Echo* titraient : « Les gestionnaires de fonds passent la barre du Bel 20 haut la main ». La performance de la plupart des fonds investis en actions belges dépassait en effet celle de l'indice de la bourse de Bruxelles pour l'année 2023. Deux d'entre eux affichaient même un return (hausse du cours + dividende) carrément triple de celui de l'indice. Hélas, la hausse de ce dernier était limitée à un très maigre +2,1%, contre +15,8% pour l'indice Stoxx 600, mesure de l'ensemble des bourses européennes ! Pas de quoi pavoiser donc pour les investisseurs, bien au contraire. Et cela faisait longtemps que Bruxelles était à la traîne...

WALL STREET FAIT LA COURSE EN TÊTE...

La bourse belge s'est toutefois brillamment rattrapée en 2024 : l'indice Bel 20 a progressé de quelque 14 %, soit le double du Stoxx 600 ! Rattrapage encore modeste, cependant, dans une perspective historique : l'indice belge se

contente de 7% sur cinq ans et de 30% sur dix ans, à bonne distance des 22% et 50% respectivement de l'indice européen. Et que dire de la bourse américaine, en progrès de 24% l'an dernier, de 82% en cinq ans et de... 188% sur dix ans ! La leçon est claire : l'investisseur en actions doit se diversifier au niveau international, avec une priorité nette pour les États-Unis. Ce n'est pas pour rien que les valeurs américaines représentent grosso modo deux tiers des portefeuilles d'actions proposés par les gestionnaires d'actifs européens.

Répondons d'emblée à deux objections possibles. D'abord, un recul du dollar ne risque-t-il pas de ternir la performance pour un investisseur de la zone euro ? C'est possible, oui, mais outre que le dollar peut tout aussi bien s'apprécier, avec la conséquence inverse, ce ne serait que du court ou du moyen terme. Au cours des dix dernières années, l'euro a valu entre 0,95 et 1,26 dollar. La différence n'est pas négligeable dans l'absolu, mais presque insignifiante

en regard de la performance de la bourse américaine. Surtout, le dollar n'a rien à voir avec une devise exotique comme la lira turque, par exemple, qui s'est effondrée face à l'euro et sans remontée possible. L'illusion d'un rendement très élevé, anéanti par la chute de la devise, est un danger qui guette dans le domaine des obligations en devises exotiques mais qui, au-delà de quelques années éventuellement, ne concerne pas l'investissement en actions américaines.

... POUR D'EXCELLENTE RAISSONS

Deuxième objection possible : on sait que, suivant la formule consacrée, « les performances passées ne préjugent pas des performances futures ». Dès lors, il est très légitime de se demander si, après un pareil envol, les actions américaines ne sont pas devenues trop chères. Plutôt chères, oui, mais pas nécessairement trop chères : tel est le credo de la plupart des professionnels. La valorisation des actions américaines restera sans doute très élevée, juge

Cholesfytol[®] NG

NOUVELLE GÉNÉRATION

L'INNOVATION pour votre

CHOLESTÉROL¹ !

- ✓ **Formule naturelle INNOVANTE**
amla + olive + levure rouge de riz + noyer
- ✓ **Composants étudiés cliniquement²**
- ✓ **Bonne tolérance musculaire**

PROMOPACK 112 + 14 comprimés OFFERTS³
Aussi disponible en 56 et 112 comprimés





Offre exclusive pour les pharmacies !



20 le soir



¹ La feuille de noyer aide à contrôler le métabolisme lipidique (cholestérol et triglycérides), en association à une alimentation équilibrée. • ² Hermans M et al. FRONT PHARMACOL. 2023(14) • ³ Dans la limite des stocks disponibles. Pour plus d'informations, veuillez contacter votre délégué Tilman.

ainsi l'important gestionnaire allemand DWS, car c'est justifié par la progression des bénéfices et la longue phase d'expansion de l'économie du pays.

Pour 2025, cette progression des bénéfices est estimée à 14% par le consensus des analystes. Le gestionnaire américain Fidelity, un des plus importants du monde, partage cette vue et complète le tableau avec une prévision de 12% environ pour 2026, comme en 2024. Le ciel s'éclaircit en Europe mais, après le repli de quelque 3% des bénéfices en 2024, l'amélioration devrait rester contenue: +5,9% cette année et +8,3% l'an prochain. L'écart avec les États-Unis demeure tristement sensible... Résultat: les actions européennes ne sont globalement guère privilégiées dans les portefeuilles, avec une industrie en panne, particulièrement dans le secteur automobile.

HAUSSES DE COURS MIEUX RÉPARTIES

Son de cloche semblable du côté de BNP Paribas. La croissance des États-Unis va ralentir, mais rester nettement positive. L'enthousiasme à l'égard de l'intelligence artificielle (IA), qui fut le principal catalyseur de la bourse en 2024, sera toujours d'actualité en 2025, mais à une échelle plus large. Comme nombre de ses consoeurs, la banque française estime donc que la hausse de Wall Street ne sera plus aussi largement dominée par les fameux sept magnifiques, soit Alphabet (Google), Amazon, Apple, Meta (Facebook, Instagram), Microsoft, Nvidia et Tesla. Il faut savoir que ce club select fut responsable, à lui seul, de 65% de la hausse de l'indice S&P 500 en 2023 et encore 57% en 2024!

Les appréciations boursières seront plus largement réparties, tout en demeurant entraînées par le secteur technologique, estime le stratège en chef Daniel Morris: tandis que les bénéfices de l'ensemble du marché progresseraient de 15,1%, ceux des entreprises composant l'indice technologique Nasdaq 100 bondiraient encore de 21,9%.

Pas d'enthousiasme excessif, ici non plus, pour les actions européennes. Elles s'apprécieront, mais moins qu'ailleurs dans le monde. Le continent reste plombé par les problèmes structurels de l'industrie allemande, tandis que la demande des consommateurs reste trop faible pour dynamiser l'économie.

À défaut de pouvoir évoquer toutes les prévisions, voici une vue globale concernant la hausse attendue de la bourse américaine en 2025. La moyenne des scénarios retenus par l'agence financière Bloomberg est de 12,3%. Un niveau inférieur de moitié à la performance de l'an dernier, mais encore supérieur à la moyenne historique. Alors que la maison Oppenheimer avance plus de 20%, les géants Goldman Sachs et JP Morgan se contentent de la moitié.

LA BAISSÉ DES TAUX EN PANNE ?

On ne peut oublier que, sur longue période, l'évolution des bourses dépend aussi de celle des taux d'intérêt. Pour deux raisons. D'une part, les entreprises s'endettent à moindre coût, ce qui améliore leur compétitivité et leurs marges. D'autre part, quand le rendement offert par les obligations diminue, les dividendes payés par les entreprises deviennent, par comparaison, plus attractifs, ce qui soutient le cours de

leurs actions. Or, la Banque centrale européenne a et va encore baisser son taux de base davantage que sa consoeur américaine. Un des événements importants de la fin 2024 fut du reste la déclaration du patron de cette dernière, Jerome Powell, prévoyant deux baisses de taux seulement cette année au lieu des quatre prévues précédemment.

De ce point de vue, l'Europe semble mieux placée. Oui, mais... Ce qui compte ici, ce sont les taux d'intérêt à long terme, ceux que l'on observe sur les marchés financiers et qui résultent des achats et ventes d'obligations par les investisseurs. Or, force est de constater qu'ils n'ont jusqu'ici guère suivi la baisse des taux à court terme, ceux décidés par les banques centrales. C'est vrai un peu partout, y compris en Belgique: les obligations de l'État à un an offraient encore un rendement de plus de 3,5% au printemps 2024. Au début 2025, ce taux était revenu à 2,3%, une fameuse chute! Rien de tel pour le rendement des obligations à dix ans: tombé à un peu plus de 2,6% en septembre 2024, puis au début décembre, il est ensuite remonté en direction de 3%. C'est plus frappant encore aux États-Unis, suite à la victoire de Donald Trump, dont le programme est jugé inflationniste: alors que le taux à dix ans avait reculé à 3,6% environ en septembre de l'an dernier, il a entamé l'année 2025 à 4,6%! Cette résistance des taux d'intérêt à long terme ne remet pas complètement en cause les conseils de placement des professionnels, mais elle impose quand même à l'investisseur de rester attentif à son évolution. Il ne faudrait pas que cette panne dure trop longtemps... 

Les actions européennes, quand même...

L'unanimité en faveur des actions américaines n'est pas totale. Ainsi la Deutsche Bank a-t-elle récemment affirmé donner la préférence aux actions européennes, en raison notamment de taux d'intérêt moins élevés. De son côté, le gestionnaire de fonds français Carmignac souligne que la croissance du Vieux Continent devrait, cette année, être soutenue par un rebond de la consommation des ménages, grâce à la

hausse des salaires, mais aussi en raison d'une épargne moins attrayante du fait de la baisse des taux d'intérêt. La baisse de l'euro face au dollar est aussi un facteur positif. Le pessimisme à l'égard de l'Europe a par ailleurs pour résultat des actions anormalement bon marché en regard des américaines, quand on compare des entreprises aux caractéristiques semblables. C'est en matière d'obligations, sujet évoqué dans ces pages le mois

dernier et sur lequel on ne s'étendra donc pas, que la préférence va plutôt à l'Europe, ou plus précisément à l'euro. En dépit de taux plus bas qu'en dollar, mais en raison de la baisse des taux attendue, synonyme de plus-value. Ce sont les obligations d'entreprises offrant un haut rendement qui ont la priorité, notamment pour la banque privée Degroof Petercam, mais également pour le géant américain JP Morgan.

La PLCI, essentielle pour les pharmaciens

La Pension Libre Complémentaire pour Indépendants (PLCI) offre aux pharmaciens une solution efficace pour renforcer leur sécurité financière à la retraite, tout en bénéficiant d'avantages fiscaux. Avec sa variante sociale, elle intègre des protections supplémentaires en cas d'invalidité, de maternité ou de décès, par exemple. Par ses rendements compétitifs et des frais réduits, Amonis s'impose comme un partenaire de choix pour gérer cet outil essentiel.

La Pension Libre Complémentaire pour Indépendants (PLCI) est une solution de constitution de pension spécialement conçue pour les indépendants, y compris les pharmaciens. Elle permet de constituer une épargne complémentaire à la pension légale, offrant ainsi une meilleure sécurité financière lors de la retraite. En allongeant un peu la prime, il est également possible d'opter pour une « PLCI sociale ». Au-delà du volet pension strict, la PLCI sociale inclut d'autres couvertures pendant la carrière, comme par exemple une protection en cas d'invalidité, de maternité et de décès. La prime INAMI dont bénéficient les pharmaciens conventionnés doit d'ailleurs être investie dans une PLCI sociale.

Les cotisations versées personnellement sont déductibles fiscalement en tant que frais professionnels, ce qui réduit la base imposable et donc la valeur de l'impôt prélevé. Pour l'année 2025, le montant maximum déductible s'élève par exemple à 4.602,71 euros pour la PLCI sociale (avec plafond de 9,4 % du revenu net imposable).

Particularité de la PLCI sociale : les pharmaciens salariés ou fonctionnaires peuvent également en profiter s'ils sont conventionnés. Non seulement ils peuvent y verser leur prime INAMI, mais ils peuvent également y effectuer des versements personnels fiscalement déductibles.

Amonis : le choix judicieux pour les pharmaciens

Pour le pharmacien, il est essentiel de sécuriser son avenir financier via des solutions adaptées à sa profession. Amonis, fonds de pension reconnu, se distingue par son expertise et ses performances, faisant de lui un partenaire privilégié. 95 % de l'ensemble de ses membres sont d'ailleurs des prestataires de soins, et le fonds a connu une forte croissance à deux chiffres du nombre de pharmaciens affiliés au cours des cinq dernières années.

Longtemps, de nombreux pharmaciens ignoraient en effet qu'ils pouvaient choisir leur organisme de pension, que ce soit pour investir leur prime INAMI ou pour effectuer des versements personnels. Amonis a su répondre à cette prise de conscience en leur offrant des solutions sur mesure. En tant que fonds de pension, et non compagnie d'assurances, Amonis bénéficie d'une structure flexible qui permet une politique de placement optimisée et offre ainsi de meilleures perspectives de rendement.

Un rendement net élevé depuis trois ans

Amonis affiche des rendements parmi les plus compétitifs du marché. Ce rendement se compose d'un taux de base, éventuellement augmenté d'un taux de participation bénéficiaire. Pour la PLCI sociale, le taux de base est de 1,2 % en 2025. Complété par le taux de participation bénéficiaire, ce taux est grimpé à 4,50 % en 2021, 2022 et 2023*.

Ces performances témoignent de l'engagement d'Amonis à offrir à ses membres une pension complémentaire solide, préservant leur pouvoir d'achat et compensant l'augmentation du coût de la vie.

Amonis veille également à limiter les frais prélevés. En effet, il faut distinguer deux types de frais qui sont communément appliqués : les frais d'entrée, prélevés sur les versements de l'année, et les frais de gestion, prélevés sur l'ensemble de la réserve épargnée.

Amonis se distingue par des frais particulièrement bas :

- Frais d'entrée : 3 % sur les nouvelles cotisations.
- Frais de gestion : 0 %, ce qui signifie qu'aucun prélèvement n'est effectué sur la réserve déjà épargnée.

Rendements élevés et frais bas permettent aux affiliés de maximiser leur épargne en vue de la retraite. La qualité des services d'Amonis est régulièrement saluée, puisqu'elle a été élue à maintes reprises meilleur fonds de pension de Belgique, dans différentes catégories. Cette reconnaissance internationale renforce sa réputation d'excellence auprès des professionnels de la santé. En choisissant Amonis, les pharmaciens s'assurent un partenaire fiable pour la gestion de leur pension complémentaire, tout en bénéficiant d'avantages fiscaux et financiers significatifs.

*Les rendements passés ne garantissent pas les performances futures.

Vous souhaitez offrir le meilleur à vos versements PLCI sociale ou à votre prime INAMI ?

Contactez Amonis : **0800 96 113** ou **info@amonis.be**.

Vous pouvez également vous affilier en ligne, trois minutes suffisent : scannez ce QR-code :



Un drôle de pharmacien

Écrivain et enseignant en lettres, Étienne Kern signe avec «La vie meilleure» une très belle biographie romancée d'Émile Coué, inventeur de la fameuse méthode.

BERNARD ROISIN



L'on s'en moque aujourd'hui, de cette méthode basée sur l'autosuggestion et dont la posologie se résumait à se répéter tous les jours «tous les jours, à tous points de vue, je vais de mieux en mieux», prescrite par Émile Coué, pharmacien français, qui devint une personnalité adulée de son vivant.

Par le biais d'un magnifique roman biographique, l'écrivain Étienne Kern rend hommage à celui qui fut un précurseur du développement personnel et dont les préceptes infusèrent jusque dans les chansons de John Lennon.

Le Pharmacien: Coué aurait-il mis au point le premier placebo oral?

Étienne Kern: Des médecins ou des pharmaciens ont sans doute découvert avant Coué l'efficacité relative, mais réelle, de l'effet placebo. Mais Émile Coué le découvre empiriquement dans son officine en parlant à ses clients, et cela constitue le point de départ de sa réflexion sur le pouvoir de l'imagination: le constat de l'efficacité de ce «placebo» l'a placé sur un terrain qui, au départ, n'est pas vraiment le sien, passant de la pharmacie à la psychologie.

MISER SUR L'IMAGINATION

Peut-on parler d'une sorte d'espéranto, très en vogue également à l'époque, mais dans sa version santé et bien-être, espéranto avec lequel la méthode partage cette forme d'utopie bienveillante, d'idéalisme?

En effet. Et j'ajouterais qu'il y a une forme de poésie dans cette croyance que l'imagination est plus forte que notre volonté et que le réel: affirmer la supériorité de l'imagination sur le réel. Dire que, pour

aller bien, il suffit d'imaginer que nous allons bien, et tout miser sur l'imagination. Il s'agit là d'une démarche quasi rimbaldienne et poétique. Émile Coué, sur les photos et dans les témoignages, se révèle un petit homme rose et rond, un petit notable aisé et jovial. Mais il y a cependant chez lui un aspect rebelle et donc poétique dans sa conception de la vie.

Est-il le premier coach de l'Histoire ?

Oui. C'est sur un plan thérapeutique que se place d'abord Émile Coué, puisqu'il insiste sur notre santé. Mais, il est vrai que dans le livre qu'il a écrit, il insiste également, pas simplement sur notre santé, mais sur notre bonne humeur, se situant alors sur un terrain plus concret et pratique qui sera celui des coachs un peu plus tard. En fait, Émile Coué est le précurseur du développement personnel, et en particulier de celui qui est incarné par les coachs, lesquels ont placé sur un plan pratique et social cette intuition que nous pouvons modifier notre existence.

Il ne s'est pas enrichi grâce au succès de sa méthode...

L'argent qui circulait était utilisé pour créer des instituts Coué ailleurs dans le monde, financer des disciples afin qu'ils aillent enseigner l'autosuggestion et faisait l'objet de donations.

Coué vend 100.000 exemplaires de son livre en trois ans !

Ce qui est encore plus surprenant, c'est de constater à quel point Coué a été célébré et acclamé dans le monde entier. À la fin de sa vie, un maharajah a même souhaité le faire venir en Inde et il a même été reçu à la Maison-Blanche. Aujourd'hui, on se moque un peu d'Émile Coué, mais il fut une vraie star de son vivant.

Il y a eu également un effet de mode. Et puis, l'engouement pour la méthode Coué surgit après la Première Guerre mondiale, au cours des années folles. Il y a une telle aspiration à une pensée positive après la boucherie de 14-18 que cette parole d'espoir a trouvé un écho.

DES ADEPTES PHARMACIENS

Que pensaient les pharmaciens de leur collègue à l'époque de sa méthode ?

Il avait en tout cas dans son entourage

d'autres pharmaciens et quelques médecins membres de la fondation qu'il avait mise sur pied. Il a trouvé l'appui de certains de ses confrères et aussi de médecins, mais je n'ai pas souvenir d'avoir lu des témoignages ou des interviews positives ou particulièrement critiques de la part des pharmaciens.

Quelque part, il leur « volait » des clients ?

En tout cas, il a connu un succès stupéfiant en tant que pharmacien à Troyes où son officine était extrêmement populaire, du fait de sa personnalité. D'ailleurs, lorsqu'il y place un gérant, son commerce périclita : Coué avait un tel charisme qu'il attirait les foules.

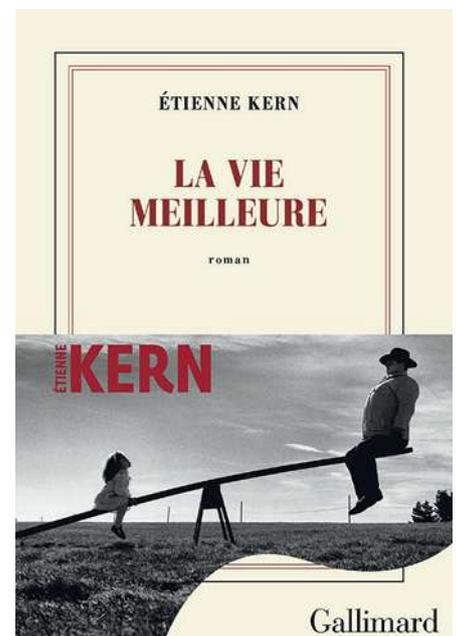
Émile Coué a connu un succès stupéfiant en tant que pharmacien à Troyes, où son officine était extrêmement populaire, du fait de sa personnalité.

Enfin, écrire un roman, c'est également de l'autosuggestion ?

Oui, l'écriture nous confronte à ce qui n'existe pas, mais on finit par croire que cette fiction recouvre malgré tout une part de réalité : on le croit quand on écrit et on finit par le faire croire au lecteur. Ce rapport à la suggestion, à l'imagination, rapproche l'écriture de la méthode Coué. Sans parler du pouvoir des mots : la méthode d'Émile Coué repose sur la répétition inlassable de formules toutes faites. Coué ne dit pas qu'il faut faire des régimes particuliers ou faire du sport : cela passe uniquement par le pouvoir de la parole. Cette manière de tout miser sur les mots rapproche également la méthode Coué de l'écriture. Quand on écrit, on croit aux mots. Émile y croyait aussi...

John Lennon reprend la phrase mythique dans sa chanson « Beautiful Boy ». Enfin, ce n'est pas si surprenant de la part d'un artiste qui a écrit une chanson qui s'intitule « Imagine »...

Un chanteur est un poète. Il est intéressant de constater que ce mantra « tous les jours, à tous points de vue, je vais de mieux en mieux » soit arrivé aux oreilles de Lennon lorsqu'il vivait aux États-Unis. Il a dû saisir au vol le parfum de la méthode Coué qui flottait encore en Amérique, où Coué fut reçu telle une star au point que ce mantra universel est devenu quasiment un proverbe aux USA. ☺



III Étienne Kern. *La vie meilleure*. Gallimard.



HANIN ALBUNI,
PHARMACIENNE TITULAIRE

Quel avenir pour les pharmaciens d'officine ?

Retour sur une rencontre avec les étudiants de l'ULB

Lors du dernier *Job Fair* de l'Université Libre de Bruxelles, j'ai eu l'opportunité d'échanger avec de jeunes étudiants en pharmacie. Ces discussions ont mis en lumière leurs interrogations, aspirations et préoccupations quant à l'évolution du métier.

Nombre d'étudiants manifestent un intérêt prononcé pour l'industrie pharmaceutique, souvent perçue comme offrant de meilleures perspectives de carrière, davantage de diversité dans les missions et une plus grande proximité avec l'innovation technologique. Toutefois, l'objectif de mon intervention était de mettre en avant les opportunités et les avantages du travail en officine, tout en encourageant une réflexion sur les besoins de transformation du métier.

UNE MÉCONNAISSANCE DES OPPORTUNITÉS EN OFFICINE

Il est frappant de constater un changement de mentalité par rapport aux générations précédentes. Les étudiants s'interrogent sur des aspects fondamentaux de la profession :

• **Quelle est l'évolution du métier de pharmacien d'officine en Belgique ?** L'évolution est bien réelle, mais encore faut-il que les équipes officinales s'en emparent. De nouveaux services se développent, la technologie s'intègre de plus en plus (impression 3D de médicaments, analyse des données de santé, intelligence artificielle), et le rôle du pharmacien se redéfinit.

• **Le pharmacien d'officine est-il perçu comme un simple vendeur ?** Cette question revient fréquemment et traduit un certain manque de valorisation de la profession. La perception du pharmacien dépend en grande partie de la posture qu'il adopte. Il peut se limiter à la simple délivrance de médicaments ou, au contraire, jouer un rôle essentiel dans le parcours de soins en apportant expertise et conseils personnalisés aux patients.

• **Le travail en officine est-il trop routinier et répétitif ?** Loin d'être monotone, la profession exige aujourd'hui une diversité de compétences. L'accompagnement des patients chroniques, la gestion des interactions médicamenteuses et l'intégration des nouvelles technologies rendent l'exercice dynamique et stimulant.

• **Quelles sont les contraintes en termes d'horaires et de gardes ?** Cette question légitime témoigne d'une préoccupation importante. Il est essentiel d'améliorer l'attractivité du métier en veillant à un meilleur équilibre entre vie professionnelle et personnelle.

UN EFFORT COLLECTIF POUR RENFORCER L'ATTRACTIVITÉ DU MÉTIER

Ces échanges révèlent un constat préoccupant : la profession de pharmacien

d'officine souffre d'un déficit de reconnaissance auprès des nouvelles générations. Pourtant, son rôle est plus que jamais essentiel dans le système de santé, et les missions qui lui sont confiées évoluent en profondeur.

Une distinction marquée apparaît également entre les étudiants de première et de dernière année. Ces derniers s'intéressent davantage aux enjeux stratégiques et organisationnels de la profession, notamment le rôle de l'APB, les unions professionnelles et les perspectives d'évolution réglementaire.

Ces discussions ont renforcé la nécessité de créer davantage de passerelles entre les étudiants et les acteurs clés du secteur pharmaceutique. Une collaboration plus étroite entre les universités, les associations professionnelles et les pharmaciens en exercice permettrait d'offrir aux jeunes une vision plus complète et réaliste de leur futur métier.

L'avenir du pharmacien d'officine se construit aujourd'hui. Il est de notre responsabilité collective d'en faire une profession attractive, dynamique et reconnue à sa juste valeur. ☺

LE PHARMACIEN

LA RÉFÉRENCE POUR LES PHARMACIENS D'OFFICINE ET D'HÔPITAL

SUIVRE DE PRÈS L'ACTUALITÉ PROFESSIONNELLE POUR LES PHARMACIENS

Inscrivez-vous et
abonnez-vous à notre
newsletter pour rester
au courant des
dernières nouvelles
professionnelles pour
les pharmaciens via
www.lepharmacien.be

- ▶ Accès illimité au site web :
couverture en temps réel
des "Breaking News"
- ▶ Newsletters : trois fois
par mois, les dernières
informations dans votre
boîte aux lettres
électronique
- ▶ Farmascoop :
les annonces officielles,
lancements de produits,
nouveaux
remboursements et
la disponibilité des
produits...
en un clic



MANQUE D'ÉNERGIE ?¹



1x
PAR JOUR

PROMAGNOR[®]
MAGNÉSIUM HAUTEMENT DOSÉ: 450mg **CAPSULES**

90x
Sans sucre
Sans sel



CONTRIBUE À:
• RÉDUIRE LA FATIGUE
• FONCTION MUSCULAIRE NORMALE
• FONCTION NERVEUSE NORMALE

PROMAGNOR[®]
ET L'ÉNERGIE
RESSORT !

MAGNÉSIUM HAUTEMENT DOSÉ



SACHETS



STICKS



COMPRIMÉ
EFFERVESCENT



COMPRIMÉ
À CROQUER

¹ Le magnésium contribue au maintien d'un bon métabolisme énergétique et à réduire la fatigue.