

## Traitements : peser le pour et le contre



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

### Estimer le bénéfice potentiel

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

### Tenir compte des risques

- Il n'y a sans doute pas de traitement sans aucun risque. Même des médicaments très courants et utiles, comme le *paracétamol*, entraînent parfois des effets indésirables.
- Certains médicaments entraînent des effets indésirables fréquents. Par exemple, les douleurs d'estomac dues à la prise d'anti-inflammatoires (*aspirine*, *ibuprofène* ou autre). D'autres médicaments entraînent des effets indésirables rares, mais graves, qu'on détecte parfois de longues années après leur commercialisation. Plus un médicament est récent, et moins on connaît ses effets indésirables.
- Les risques des traitements ne sont pas limités aux médicaments. Par exemple des traitements par acupuncture ont transmis des hépatites virales, et certains traitements par les plantes ont provoqué une atteinte des reins.
- Certains traitements ont d'autres inconvénients, tels que la nécessité de prises de sang fréquentes avec divers médicaments. Certaines présentations de médicaments sont aussi à risque d'erreurs : manipulation difficile, mesure imprécise de la dose, etc.
- Les effets indésirables des médicaments n'ont rien d'exceptionnel. En 2009, ils ont été à l'origine de plus de 4 % des hospitalisations en France.

### Bien peser le pour et le contre

- Il s'agit de mettre en balance les bénéfices potentiels et les risques, en tenant compte des caractéristiques de chaque personne : âge, sexe, grossesse, état de santé habituel, etc. Les effets (bénéfiques ou néfastes) d'un traitement ont parfois des répercussions sur les activités professionnelles ou sociales, la vie personnelle ou familiale, la pratique d'un sport ou d'un loisir. Les considérations financières sont aussi à prendre en compte.
- Si l'on espère un bénéfice important, comme la guérison d'une maladie grave, on peut accepter un certain risque. Mais il est déraisonnable de risquer une maladie cardiaque pour perdre (peut-être) quelques kilos, ou pour traiter un rhume banal, qui guérit seul en quelques jours.
- Il est parfois préférable de ne prendre aucun traitement. Sinon, mieux vaut choisir celui qui semble le moins risqué au regard des bénéfices attendus.

©Prescrire - février 2016

#### Sources :

- "Déterminer la balance bénéfices-risques d'une intervention : pour chaque patient" *Rev Prescrire* 2014 ; **34** (367) : 381-385.
- "Objectifs des traitements : à partager avec les patients" *Rev Prescrire* 2012 ; **32** (345) : 544-546.
- "Évaluer les bénéfices d'un traitement : d'abord les critères cliniques utiles aux patients" *Rev Prescrire* 2008 ; **28** (291) : 69-70.
- "Évaluer les risques d'un traitement : prendre en compte les données cliniques, la pharmacologie, et les particularités du patient" *Rev Prescrire* 2009 ; **29** (312) : 778-780.