Utilisation scientifiquement fondée des phytomédicaments en officine

Phytothérapie – des remèdes issus de la pharmacie végétale

Les cahiers à thèmes « pharmActuel » peuvent être souscrits par abonnement. Informations sous https://pharmactuel.ch/fr/cahiers/

BIENNE – La phytothérapie est l'une des plus anciennes méthodes thérapeutiques de l'humanité. Outre des approches qui constituent un dénominateur commun, chaque culture enrichit souvent l'usage des plantes médicinales par des approches qui lui sont propres et dont l'utilisation se fonde sur un savoir souvent séculaire. Dans ce contexte, tout ce qui est avancé ne saurait être pris au pied de la lettre et beaucoup reste encore à étudier. Ce qui est sûr, c'est que l'efficacité est à l'heure actuelle scientifiquement avérée pour de nombreuses plantes médicinales. La phytothérapie est en conséquence un élément essentiel d'une médecine moderne et intégrative.

La phytothérapie moderne, dite rationnelle, n'est pas une médecine alternative, mais fait partie de la médecine conventionnelle moderne, axée sur les sciences naturelles. La phytothérapie suit un principe thérapeutique scientifique et causal et se fonde sur des connaissances scientifiques. Parallèlement, elle tire parti des connaissances traditionnelles sur les effets des plantes médicinales et de leurs préparations pour formuler des questions ciblées pour la recherche.

En ce qui concerne l'autorisation des médicaments à base de plantes par Swissmedic, il faut – comme pour les médicaments de synthèse chimiques – fournir des données analytiques, précliniques et cliniques qui prouvent la qualité, l'efficacité et l'innocuité de la préparation concernée dans le domaine d'indication voulu. Les connaissances empiriques sont également prises en compte. Ainsi, p. ex., il est possible de demander une autorisation avec le statut d'« usage traditionnel ». Les dispositions correspondantes se trouvent dans la Loi sur les produits thérapeutiques (LPTh).

Millepertuis – un traitement de l'humeur dépressive scientifiquement fondé

L'utilisation du millepertuis *(Hypericum perforatum; Hyperici herba)* pour le traitement de la dépression légère à modérée est un bon exemple d'utilisation scientifiquement fondée de médicaments à base de plantes. De nombreuses études cliniques ont documenté son efficacité dans cette indication [1,2]. La drogue végétale contient entre autres le dérivé d'anthraquinone hypericine, le dérivé de phloroglucine instable hyperforine ainsi que des flavonoïdes (p. ex. hyperoside), des tanins catéchiques, des xanthones et de l'huile essentielle. Des études pharmacologiques ont étudié les mécanismes d'action des différents composants de ce mélange de substances. Ainsi, l'hyperforine est considérée comme étant à l'origine de l'augmentation de la concentration de différents neurotransmetteurs (sérotonine, dopamine, noradrénaline, GABA et glutamate) dans la fente synaptique par inhibition de leur recapture par les cellules nerveuses présynaptiques. En outre, on prête aux xanthones et aux flavonoïdes un potentiel effet inhibiteur de la monoamine oxydase.

Considérant la photosensibilisation (due à l'hypéricine) et le grand potentiel d'interaction (due à l'induction du cytochrome P450 par l'hyperforine), les risques et les effets secondaires du millepertuis sont eux aussi bien connus, des connaissances qui sont une garantie supplémentaire pour une utilisation correcte et pour des mesures associées qui permettent de les contrôler. Ainsi, en cas de prise de millepertuis, il faut éviter une exposition intensive aux UV et choisir une préparation apportant < 1 mg/j d'hyperforine (p. ex. l'extrait standardisé Ze 117).

Un large éventail phytothérapeutique en officine

D'autres médicaments bien documentés sont p. ex. les fruits du marronnier d'Inde *(Aesculus hippocastanum; Hippocastani semen)* contre les troubles veineux, la racine de valériane *(Valeriana officinalis; Valerianae radix)* contre les troubles du sommeil et les feuilles de ginkgo *(Ginkgo biloba; Ginkgo folium)* contre les troubles de la circulation sanguine et dans l'indication « amélioration des troubles cognitifs liés à l'âge ».

Les pharmaciennes et pharmaciens disposent d'un large éventail d'options phytothérapeutiques leur permettant de répondre à une demande croissante de médicaments « naturels » par les clients. Il vaut donc la peine d'approfondir ses connaissances sur ce sujet. Le cahier scientifique à thèmes *pharmActuel* « Phytothérapie, utilisation fondée sur les preuves des médicaments à base de plantes en pharmacie » offre une vue d'ensemble des principaux médicaments à base de plantes autorisés pour les domaines d'indication pertinents en officine. Nous vous invitons à vous plonger dans dans ce sujet. *EW*

Millepertuis (*Hypericum perforatum*) Photo : B. Falch

Références

Cahier scientifique à thèmes *pharmActuel* Phytothérapie, utilisation scientifiquement fondée des phytomédicaments en officine (Cahier n° 01/2024)

1. Ng QX, Venkatanarayanan N, Ho CYX. Clinical use of Hypericum perforatum (St John's wort) in depression: A meta-analysis. J Affect Disord. 2017 Mar 1; 210: 211-221
2. Zhao X, Zhang H, Wu Y, Yu C. The efficacy and safety of St. John's wort extract in depression therapy compared to SSRIs in adults: A meta-analysis of randomized clinical trials. Adv Clin Exp Med; 2023; 32(2): 151-161

Rêve ou réalité ?

Un service d'Excellence pour l'officine

DAVOS – Quel sera à l'avenir le principal facteur de différenciation ? Lors de sa présentation à pharma-Davos, Sabine Hübner, fondatrice de forwardservice GmbH, qui a pour objectif de former des professionnels d'excellence du service, a répondu à cette question.

« Laissez vos rêves devenir réalité », a déclaré Mme Hübner, qui a grandi en Autriche dans une petite entreprise familiale de restauration à une époque où la télévision ne proposait que deux chaînes. En guise de clin d'œil, elle a qualifié sa grand-mère, qui savait exactement comment chaque client voulait que son œuf soit préparé, de « premier système vivant de gestion de la clientèle ». Sa première étape professionnelle n'a toutefois pas été le secteur de l'accueil, mais l'industrie de l'imprimerie. Les difficultés de livraison et de production existaient déjà à l'époque, et elle aurait donc rapidement appris que le charme autrichien ne permettait pas à lui seul de résoudre tous les problèmes. En tant que cadres, nous avons la possibilité de définir des déroulements de processus et des procédures d'opération standard (*Standard operating procedure,* SOP). « Mais comment décrire la méthode pour se rendre sympathique d'emblée et conquérir le cœur de notre interlocuteur ? »

Pour que l'étincelle jaillisse

« Un service n'est pas un projet, mais une façon de l'appréhender, a déclaré Mme Hübner. Nous le savons tous d'expérience. Lorsque nous entrons en contact avec des entreprises, nous tombons idéalement sur des personnes qui débordent de cordialité et qui sont orientées vers les solutions optimales. Nous sentons dès le premier instant que nous sommes à la bonne adresse. Nous sommes prêt à dépenser de l'argent pour cela ». À l'opposé, il y a les expériences de la catégorie « amabilité professionnelle ». Souvent, en tant que clients, nous ne sommes pas déçus, mais pas vraiment enthousiastes non plus. « 'Passt scho' [ça peut aller] », dirait-on en Bavière, mais l'étincelle ne jaillit tout simplement pas. La plupart des expériences que nous vivons en tant que clients appartiennent à cette catégorie. « Ce n'est pas ainsi que nous nous distinguons des autres. L'attitude intérieure en matière de service du cadre et de chaque collaborateur sera le facteur de différenciation le plus important à l'avenir ! »

« Ce qui compte, c'est ce que font les gens lorsque personne ne les regarde »

L'attitude intérieure est toujours une décision personnelle et ne peut pas être imposée, selon l'intervenante. Les séminaires et les formations permettent de s'exercer à certaines phrases, mais pas d'induire un changement d'attitude. « Un changement d'attitude commence toujours par l'inspiration, jamais par le conditionnement » a déclaré Mme Hübner. En tant que dirigeants, nous devons montrer l'exemple.

La numérisation crée des espaces de créativité

Un meilleur service à l'avenir ne signifie pas nécessairement toujours plus de service, mais « exactement le bon service ». Pour créer cet espace, les processus standard devraient être numérisés et automatisés dans la mesure du possible, afin que nos collaborateurs aient plus de liberté et de temps pour s'intéresser vraiment à leurs clients. En tant que cadre, il est important de définir la marge de manœuvre que nos collaborateurs doivent avoir pour enthousiasmer nos clients, a expliqué l'intervenante.

Il s'agit de créer des « moments humains »

La numérisation et l'intelligence artificielle seront une partie indispensable à l'avenir, mais il y a une chose qu'elles ne pourront pas remplacer, l'empathie. « L'empathie signifie que nous sommes capables de vivre quelque chose et de synchroniser ce vécu entre personnes. Ce dont l'intelligence artificielle est incapable » C'est ce qui fait qu'elle est convaincue que « plus notre monde deviendra numérique, plus l'exigence des gens envers la qualité de la rencontre personnelle augmentera. La capacité humaine la plus importante à l'avenir sera par conséquent l'empathie et la sensibilité » Selon la spécialiste, cela ne signifie pas que la qualité des processus est sans importance. Au contraire « Elle est extrêmement importante ». Mais les petites erreurs dans la qualité du processus peuvent être compensées par une grande qualité de rencontre. À l'inverse, aucun processus, aussi bon soit-il, ne peut compenser une mauvaise rencontre. « Car 70 à 81 % de ce que nous gardons en mémoire est déterminé par la rencontre. » Ce sont ces « moments humains » qui donnent un visage à l'entreprise et qui restent dans la mémoire du client. *CS*

Sabine Hübner, fondatrice de forwardservice GmbH Photo : Chantal Schlatter