

Polymédication et phytothérapie chez le patient âgé

CONTEXTE / DÉFINITIONS

En France, la moitié des personnes âgées de 65 ans et plus est en situation de polymédication (plus de 5 molécules délivrées au moins 3 fois dans l'année)⁽⁶⁾.

- ✓ Qu'est-ce que la **polymédication** ? Il s'agit de la prise **quotidienne** d'au moins **cinq médicaments**⁽⁵⁾ nécessaires à la prise en charge d'une ou de plusieurs maladies chroniques.

D'après une étude réalisée en 2019, **41% des français** utilisent des traitements naturels pour se soigner, dont **17%** sont des utilisateurs de la phytothérapie et **19%** de l'aromathérapie⁽²⁾.

- ✓ Qu'est-ce que la **phytothérapie** ? Elle est définie comme une modalité de soins utilisant les plantes pour se soigner. La **phytothérapie** comprend l'**herboristerie**, l'**aromathérapie**, la **gemmothérapie (bourgeons)** et la **phytothérapie pharmaceutique** (ou médicament à base de plantes)^(1,3).
- ✓ Qu'est-ce qu'un **médicament à base de plantes** ? c'est un médicament dont la **substance active** est **exclusivement une ou plusieurs substances végétales** ou préparation à base de plantes ou une association de plusieurs substances végétales ou préparations à base de plantes (Art. L. 5121-1, 16° CSP)⁽⁴⁾.

Cette fiche prend en compte plus globalement la phytothérapie dans son ensemble et les compléments alimentaires à base de plantes pris à des fins thérapeutiques par le patient en plus des traitements conventionnels.

Les patients ayant recours à cette thérapeutique par les plantes oublient assez souvent de le mentionner aux professionnels de santé. Ils peuvent la prendre sous formes de : **tisanes, gélules/comprimés, ampoules, solutions buvables**, etc...

⇒ Bien que "naturelles", les plantes médicinales peuvent provoquer des **effets indésirables ou des interactions médicamenteuses néfastes pour la santé du patient**. Il faut donc **interroger précisément** le patient sur ses **traitements en cours**, qu'il s'agisse de **médicaments**, de **compléments alimentaires** ou de **plantes**.



Vigilance aux associations de plantes disponibles en vente libre (ex : Euphytose®)

Exemple de la **valériane**, utilisée dans les **troubles du sommeil** : **2 à 3g de poudre dans 2 à 3 tasses par jour**⁽⁷⁾. La valériane est une plante **inhibitrice de cytochrome**⁽³⁾ et son association avec **les médicaments hépatotoxiques** (paracétamol, tétracyclines, allopurinol, statines, Augmentin®, etc...) est **contre-indiquée**⁽⁷⁾.

Devant un patient **polymédiqué** et utilisateur de **phytothérapie**, la réalisation d'un **BILAN MÉDICAMENTEUX**⁽⁸⁾ via un **BILAN PARTAGÉ DE MÉDICATION (BPM)** ou une **CONCILIATION MÉDICAMENTEUSE**, s'avère très utile voire indispensable car il permet de lutter contre l'iatrogénie médicamenteuse et d'éviter les cascades thérapeutiques à risque.

RESSOURCES UTILES

- ✓ [PHYTOTHERAPIE : LES PLANTES DE A A Z - VIDAL](#)
- ✓ [LES COMPLEMENTES ALIMENTAIRES - FONDATION CONTRE LE CANCER](#)
- ✓ [HEDRINE : herb drug interaction database : \(site heberge par l'universite libre de bruxelles\)](#)
- ✓ [RESSOURCES SUR LES INTERACTIONS PLANTES-MEDICAMENTS : LA BASE DE DONNEES PHYDGI](#) : **phytotherapy drug interaction database (site heberge sur synapse medicine)**

INTERROGER - REPÉRER - ÉVALUER – PRÉVENIR



- ✓ **Repérer** les pathologies traitées sur les ordonnances.
- ✓ **Discuter** avec le **patient** sur ses pathologies et ses ordonnances (entretien de compréhension, connaissance **de ses traitements et indications, observance**).

Médicaments conventionnels

- Pour quelles pathologies le patient est-il traité ?
- Existe-t-il des redondances thérapeutiques avec ses différents traitements ?
- A-t-il des antécédents ? Y a-t-il des interactions médicamenteuses ?
- Connait-il les indications de chaque médicament prescrit ? Les prend-il correctement ?



- ✓ **INTERROGER le patient**
- ✓ **Détecter et identifier** les objectifs de prise de phytothérapie.
- ✓ **Noter** les produits de phytothérapies utilisés et leurs indications.
- ✓ **Échanger** avec le patient sur leur fréquence d'utilisation et l'objectif de leur prise.

Phytothérapie

- Quels produits de phytothérapies utilise le patient ?
- Quelles sont les indications de ces compléments alimentaires ? Dans quel but les prend-il ?
- Existe-t-il des redondances médicinales ?

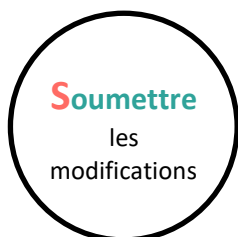


- ✓ **Chercher** sur les **sites fiables** les effets des médicaments avec la phytothérapie car de nombreux forums ou sites diffusent des informations incomplètes, biaisées ou fausses.
- ✓ **Évaluer** la pertinence des prescriptions et **analyser** les différentes interactions médicamenteuses.

- Existe-t-il des **interactions médicamenteuses** entre les produits de phytothérapie **et/ou** avec les traitements chroniques du patient ?
- Est-ce que le patient est capable d'interpréter ces interactions ?
- Sous quelles **formes galéniques** sont les produits de phytothérapies du patient ?



- ✓ **Rechercher** d'autres solutions adaptées au besoin du patient sans aucun ou ayant le moins d'effets délétères possibles.
- ✓ **Proposer** une adaptation des traitements si nécessaire en anticipant les effets indésirables ou les potentielles interactions.
- ✓ **Accompagner** le patient : le guider vers des sources/sites fiables lui permettant de faire des choix éclairés et sécurisés.



- ✓ **Proposer** les alternatives trouvées aux professionnels de santé si réflexion pluridisciplinaire ou en équipe (MSP [*maison de santé pluridisciplinaire*], service de soins).
- ✓ **S'entretenir avec le patient** pour discuter avec lui des différentes modifications et/ou adaptation.
- ✓ **Réexpliquer** au patient le rôle de chaque médicament, leurs effets thérapeutiques et potentiels indésirables afin de favoriser **l'adhésion thérapeutique** du patient.
- ✓ **Rappeler au patient de ne pas s'automédiquer sans prendre l'avis d'un professionnel de santé car une plante naturelle n'est pas sans danger.**

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

1. Quelles sont les origines de la phytothérapie ? - VIDAL (consulté en février 2026)
2. État des lieux du marché des traitements naturels | Ipsos (étude de février 2019)
3. Comprendre la phytothérapie [Pour une utilisation raisonnée de la phytothérapie en accompagnement d'un traitement anticancéreux] (e-learning Omédit centre Val-de-Loire juillet 2024)
4. Nos missions - Médicaments à base de plantes et huiles essentielles - ANSM (consulté en février 2026)
5. La polymédication : définitions, mesures et enjeux (article IRDES de décembre 2014 : Marlène Monégat (Irdes), Catherine Sermet (Irdes) en collaboration avec Marc Perronnin (Irdes) et Emeline Rococo (Institut Gustave Roussy – IGR)
6. Prévention du risque iatrogénique : l'essentiel | ameli.fr | Médecin (consulté en février 2026)
7. Valériane - Phytothérapie - VIDAL
8. Harmonisation du bilan médicamenteux – Référentiel HAS Juillet 2025