

## IPP : je fais le point sur ma consommation

- Je prends un IPP :
- sur prescription de mon médecin
  - de ma propre initiative

- Pourquoi :
- traitement du reflux gastrique ou œsophagite par reflux
  - prévention du risque hémorragique associé à certains médicaments (anti-inflammatoires, corticoïdes...)
  - autre indication (ulcère gastrique ou duodéal...)
  - je ne sais pas

- Depuis combien de temps :
- moins de 4-8 semaines
  - plus de 8 semaines



**Je montre ce questionnaire à mon médecin, à l'occasion d'une prochaine consultation.**

**ameli.fr**

Cnem/Studio graphique\_07/22\_© Gettyimages



**l'Assurance  
Maladie**

Agir ensemble, protéger chacun



**Inhibiteur de la pompe à protons :  
« Et moi, j'en suis où  
avec les IPP? »**

**Les inhibiteurs de la pompe à protons (IPP) sont des médicaments efficaces.** Ils sont indiqués pour traiter des symptômes comme les brûlures d'estomac (reflux gastrique). Les IPP sont aussi utilisés pour traiter les ulcères de l'estomac et pour prévenir les effets indésirables d'autres médicaments, comme les anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS). Ils agissent en réduisant l'acidité dans l'estomac.

**Mais ces médicaments puissants ne sont pas anodins.** En cas d'utilisation prolongée, le principal risque important est la survenue d'infections intestinales.

**La prescription d'IPP doit être limitée dans le temps.** Dans la grande majorité des cas, la prescription d'un traitement par IPP ne doit pas dépasser 4 à 8 semaines. Seules certaines situations nécessitent une durée de traitements supérieure à 8 semaines.



**Le traitement par automédication doit être de courte durée. Il faut consulter votre médecin si les symptômes persistent ou réapparaissent à la fin du traitement par automédication.**

**La sensation de brûlures à l'estomac peut réapparaître temporairement à l'arrêt d'un traitement par IPP.** Généralement, cette gêne est temporaire (10 à 15 jours) et disparaît en suivant les règles d'hygiène de vie indiquées ci-dessous.



## **QUELQUES CONSEILS pour éviter la sensation douloureuse de brûlures à l'estomac (reflux gastro-oesophagien)**

Il est conseillé d'adapter son alimentation et son mode de vie. Ainsi, mieux vaut :

- ⊗ Éviter les aliments et boissons acides et gazeuses (agrumes, tomates, sodas, café) ou trop sucrés (miel, bonbons, confitures...) et les plats épicés
- ⊗ Éviter les repas trop gras et trop copieux (en particulier le soir, au dîner)
- ⊗ Ne pas s'allonger durant les 30 minutes qui suivent le repas
- ⊗ Éviter l'alcool et le tabac
- ⊗ Manger au calme, à heure fixe et régulièrement
- ⊗ Manger davantage de fibres (fruits et légumes)
- ⊗ Surélever la tête du lit
- ⊗ Porter des vêtements amples
- ⊗ Avoir une activité physique adaptée



**Si les symptômes persistent, parlez-en à votre médecin ou à votre pharmacien.**