

Sound News N°7

La Lettre d'information de la Thérapie par le Son

1- LE BILLET D'HÉLÈNE

Les Médicaments Ototoxiques

Quel mot barbare ! On a l'impression de bégayer ou de raconter une histoire drôle (vous savez, celles du fameux Toto !). Hé oui, il existe des médicaments qui sont néfastes pour l'oreille et dont nous nous bourrons.

Votre médecin vous a-t-il demandé, avant de vous prescrire un antibiotique, un anti-inflammatoire ou simplement de l'aspirine à haute dose, si vous aviez des problèmes d'audition ? Si dans votre famille on avait tendance à devenir sourd un peu trop jeune ? Ou encore si vous aviez de légers bourdonnements d'oreille ? S'il l'a fait, gardez-le, c'est un bon !

Cela ne veut pas dire que si vous prenez ce médicament vous deviendrez automatiquement sourd ou acouphénique, mais cela peut y contribuer, surtout chez les sujets sensibles ou ayant une histoire familiale avec de nombreux malentendants.

Vous avez des acouphènes ? Pourtant vous n'êtes jamais allé à un concert de rock, vous n'aimez pas les boîtes de nuit, vous n'avez pas de stress, vous menez une vie saine... et pourtant tout d'un coup ces damnés sifflements ont commencé à vous vriller les oreilles, à moins que ce ne soit des grillons ou des bruits d'eau. Et si c'était après avoir pris des antibiotiques pour cette bronchite en décembre ?

Vous avez des vertiges depuis que vous prenez de hautes doses d'aspirine régulièrement à cause de migraines et autres douleurs ou de problèmes circulatoires ? Parlez-en avec votre médecin. On prend de l'aspirine sans y penser, c'est le médicament le plus banal qui soit et pourtant comme tout médicament il a des effets secondaires : allergie, vertiges acouphènes, baisse d'audition subite ou aggravation d'une petite diminution auditive qui ne vous gênait pas trop.

Vous avez fait un régime draconien pour rentrer dans votre maillot cet été et vous avez pris des diurétiques à haute doses pour aller plus vite et maintenant vous avez des pertes d'équilibres ? L'impression d'être ivre et de tanguer dans votre lit ?

Vos rhumatismes vous font moins mal depuis que vous prenez des anti-inflammatoires mais vosre audition a baissé et vous avez augmenté le son de la télé de 10 points et les voisins se plaignent ?

Réfléchissez bien aux médicaments que vous avez pris ces derniers temps, et même il y a longtemps car cet effet ototoxique est une véritable bombe à retardement qui peut faire son effet plusieurs mois,

voir plusieurs années plus tard.

La toxicité de ces médicaments dépend de plusieurs facteurs :

- ❖ de vous d'abord, de votre terrain : prédisposition, sensibilité, faiblesse familiale du point de vue auditif, insuffisance rénale (élimination du médicament) ;
- ❖ de la façon dont le médicament est donné : la posologie, le mode d'administration, la durée du traitement, l'association à d'autres médicaments ototoxiques. Un médicament présentera d'autant plus de risque d'être ototoxique qu'il est pris à hautes doses, pour une durée prolongée, par voie intraveineuse.

On a recensé 130 médicaments ototoxiques en France mais en Amérique la liste est plus longue : 200.

1- Les antibiotiques : la France a le triste palmarès d'être le pays le plus gros consommateur d'antibiotiques.

Aminoglycosides : Streptomycine, néomycine, gentamycine, kanamycine, amikacine, sisomycine, tobramycine, netilmycine, dihydrostreptomycine. Ils sont tous ototoxiques quelque soit le mode d'administration y compris les aérosols. Ils sont le plus souvent responsables de surdité bilatérale, symétrique et définitive. Le comble : les gouttes auriculaires peuvent contenir des aminosides, des anti-inflammatoires, et donc être toxiques pour l'oreille,

Erythromycine : peut entraîner une perte d'audition bilatérale, fréquemment associée à des acouphènes mais seulement quand elle est administrée à hautes doses et par voie intraveineuse. La bonne nouvelle c'est que le dommage est réversible.

Vancomycine : lui aussi n'est ototoxique qu'à fortes doses mais il est responsable d'une perte auditive généralement irréversible. Il est souvent associé les aminoglycosides pour traiter les infections graves, ce qui augmente le risque d'ototoxicité.

2- Salicylés et autres anti-inflammatoires non stéroïdiens, c'est-à-dire *l'aspirine, diclofenac, ibuprofène, indométhacine, ketoprofène, naproxène, piroxicam, phenylbutazone*. Ils ont des effets ototoxiques quand ils sont pris à des doses importantes et dans le cas d'un traitement au long cours. Là aussi une bonne nouvelle : c'est presque toujours réversible dans les jours suivant l'arrêt du traitement. La sensibilité personnelle est très variable.

Naturellement un cachet d'aspirine de temps en temps ne va pas poser de grave problème. Mais si vous prenez du paracétamol ce serait peut être pas plus mal.

3 - Diurétiques : les effets sont habituellement réversibles à l'arrêt du traitement, et ils affectent en priorité les personnes ayant des problèmes d'insuffisance rénale.

4 - Médicaments anticancéreux (chimiothérapie) : là évidemment on n'a pas vraiment le choix, il faut prendre les médicaments. Mais il est bon de prévenir le médecin surtout si vous êtes traité par *Cisplatine*, le produit le plus ototoxique et dont les effets sont une surdité irréversible

accompagnée souvent d'acouphènes.

L'effet toxique est plus fort si la Cisplatine est associée à des antibiotiques ou des diurétiques. Vous pouvez demander à avoir des audiogrammes régulièrement.

5 - Antipaludéens telle que la *Quinine* et la *Chloroquine* peuvent provoquer des acouphènes, des vertiges ou des pertes auditives, mais généralement d'une façon non permanente.

D'autres médicaments peuvent être ototoxiques mais beaucoup plus rarement. Citons les contraceptifs oraux et certains psychotropes et antidépresseurs.

Au Canada, les personnes ayant des problèmes auditifs à la suite de la prise d'un de ces médicaments ont droit à une pension d'invalidité.

J'ai gardé le plus grave pour la fin : ces médicaments peuvent traverser la barrière du placenta et provoquer les mêmes effets chez le fœtus, une surdité congénitale irréversible. Le système rénal du fœtus ne peut éliminer les médicaments et si la mère souffre d'insuffisance rénale, les risques sont très grands. Ce genre de médicaments pris pendant les 6^{ème} et 7^{ème} semaines de la grossesse conduit presque toujours à une surdité profonde et définitive car c'est à cette période que se forment les cellules ciliées de l'oreille interne.

Il n'y a pas de traitement curatif des effets ototoxiques des médicaments. Ceux-ci vont léser définitivement les structures de l'oreille interne, cochlée et vestibule en détruisant les cellules ciliées qui transmettent les sons, et même le nerf auditif. La seule chose à faire c'est la prévention : prévenez vos proches, vos amis de faire attention à ces médicaments et de ne les prendre qu'en cas d'absolue nécessité. Demandez à votre médecin s'il n'y a pas un autre médicament sans effet secondaire. Allez voir un homéopathe, un médecin aromathérapeute ou phytothérapeute (surtout pour les antibiotiques !). C'est quand même moins risqué !

Toute personne malentendante ou ayant des malentendants dans sa famille devrait avoir sur elle une telle information à l'intérieur de sa carte d'identité ou de sa carte de donneur de sang, pour prévenir les services d'urgence en cas d'accident.

Hélène Delafaurie
www.therapie-par-le-son.com

2- ARTICLES GLANÉS POUR VOUS

Médicaments, toxicité et système de soins

=====

Préambule

La prise de médicaments est tellement liée à l'idée de soins dans notre système de représentation occidentale que nous ne pouvons imaginer de médecine sans prise de médicaments. Le médecin est encore souvent jugé par le public, à la longueur de sa prescription !

Peu à peu les médicaments chimiques ont pris la place des remèdes traditionnels, principalement à base de plantes, pour les supplanter quasi totalement aujourd'hui. Cette médecine, tellement majoritairement appliquée, a relégué toutes les autres et pour beaucoup elle est non seulement irremplaçable, mais c'est la seule valable, à tel point que l'éventail des approches thérapeutiques en occident s'est considérablement rétréci au fur et à mesure que les médicaments chimiques s'imposaient.

Le patient et aussi le payeur n'a plus guère d'autre choix aujourd'hui si ce n'est l'homéopathie, qui aurait disparu depuis longtemps sous les attaques répétées, si un large mouvement de thérapeutes et de personnes ne s'étaient mobilisé pour la défendre.

Il est question ici de tenter de contre balancer une foi irraisonnée en matière de médicaments chimiques et de mettre en lumière un certain nombre de dérives afin d'alimenter une réflexion citoyenne et sociale sur la place que l'approche médicamenteuse détient sur la scène de la santé publique.

Mode d'action des médicaments

Les médecins modernes n'aiment pas que l'on caractérise leur art d'allopathie, action par les contraires, par différence par exemple avec l'homéopathie, qui agit par les semblables. Pourtant cette médecine s'adresse très largement aux symptômes, l'expression visible de la maladie en terme de signes, de manifestations et à l'organe malade ce qui fait dire, en raccourcis hospitaliers, que vous êtes le rein du 37, la prostate du 41 etc....

Elle s'est progressivement imposée dans nos sociétés modernes aux motifs qu'elle serait scientifique à la différence de toutes les autres, empiriques, donc indignes de notre ère de progrès scientifique et technologique. Ses tenants, facultés de médecine, professeurs émérites, institutions sanitaires, Conseil de l'Ordre des médecins, se battent farouchement pour éliminer toutes autres approches de la santé le plus souvent qualifiées de insuffisamment éprouvées ou charlatanesques.

Pourtant il existe d'autres pratiques qui survivent, certaines péniblement, malgré les attaques en règle dont elles sont l'objet. A la différence d'une approche des effets, des symptômes, elles ciblent des niveaux de causes plus élevées que les simples effets des maladies auxquels s'adressent les médicaments chimiques. On les appelle médecines holistiques ou encore énergétiques car elles considèrent l'être humain dans sa globalité en cherchant les causes profondes des maladies ou en se préoccupant du terrain plutôt que du seul organe ou symptôme.

Suite de l'article : <http://www.sante-solidarite.com/medic.htm>

3- TÉMOIGNAGES

Des témoignages sur la toxicité des médicaments, il y en a tous les jours. Demandez autour de vous si jamais vous n'en avez pas été victime. Presque tout le monde a eu une allergie médicamenteuse à un moment ou un autre. Je ne parle pas des médicaments discrètement retirés du marché suite à des accidents graves.

Dans ma famille : ma mère qui s'est grattée à s'arracher la peau pendant tout un week-end (car naturellement en fonction de la loi de Murphy, ce genre de chose arrive toujours quand on ne peut pas aller voir le médecin qui vous a prescrit le dit médicament !), ma grand-mère qui a failli en mourir, moi, mon deuxième fils, ...

Parmi mes amies, Aimée qui a eu la totale puisqu'elle prenait en même temps un diurétique (le Lasilik, très ototoxique) et des antibiotiques qui l'ont rendue presque sourde (mais elle fait la thérapie et les effets sont encourageants), ma collègue Emmanuelle, en ce moment même avec une hépatite médicamenteuse,...

Pour éliminer au plus vite ces médicaments nocifs, prenez de la menthe poivrée. Cette plante a la vertu de vous faire éliminer tout ce qui est poison pour votre corps. Soit en tisanes, soit des grogs avec de l'huile essentielle (un peu plus difficile à avaler mais beaucoup plus efficace).

Mettre dans une tasse une cuillerée de miel bio, + 1 ou si vous êtes courageux 2 gouttes (mais surtout pas plus) d'huile essentielle de menthe poivrée, mélanger le miel et l'huile essentielle, verser de l'eau mais pas trop chaude. Vous pouvez si vous le voulez rajouter un peu de jus de citron. Respirez, cela vous fait une inhalation. Buvez et sentez-vous mieux tout de suite. A prendre de préférence le matin car après vous risquez de ne pas dormir de la nuit. Tous les matins pendant une semaine, ensuite tous les deux jours, puis continuez en espaçant. Mais si vous aimez ça et que vous remplacez le café du matin par ce genre de grog, vous serez en pleine forme !

Et regardez dans les pages jaunes si vous n'avez pas un médecin homéopathe, aromathérapeute ou phytothérapeute pas trop loin de chez vous.

www.therapie-par-le-son.com

Cette lettre d'information peut être envoyée à vos amis et circuler. Vous pouvez leur rendre service et leur éviter bien des ennuis.